



UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA



Relatório Final

Relatório de Estágio Pedagógico realizado na Escola Secundária de Mem Martins,
com vista à obtenção do Grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos
Básico e Secundário – Ano letivo 2018/2019

Júri:

Presidente:

Professor Doutor Marcos Teixeira de Abreu Soares Onofre

Vogais:

Professora Doutora Maria João Figueira Martins

Professor Doutor João Filipe da Silva Figueira Martins

Joana Santos Martins

2019

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA

Relatório Final

Relatório final de Estágio Pedagógico realizado na Escola Secundária de Mem Martins, com vista à obtenção do Grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário – Ano letivo 2018/2019

Este relatório foi produzido com base na experiência do Estágio Pedagógico em Educação Física desenvolvido na Escola Secundária de Mem Martins, sob a supervisão do Mestre Luís Manuel Aguiar Fernandes e do Mestre Lineu Ferreira Mota Oliveira, no ano letivo de 2018/2019.

Joana Santos Martins

2019

Agradecimentos

Gostaria de agradecer ao orientador da escola e da Faculdade, pela orientação, disponibilidade em ajudar e pela transmissão de conhecimentos, que foram muito úteis para o estágio.

Aos meus colegas de estágio, por todos os momentos passados juntos, por todas as dificuldades que conseguimos ultrapassar, pela troca de experiências e pela paciência nos momentos menos bons. Em especial agradeço á minha colega de estágio, pela grande amizade durante estes dois anos.

Aos meus alunos agradeço pelo enorme contributo que tiveram no meu desenvolvimento profissional, com muitas aprendizagens que servirão de referência no meu futuro como professora e pelo respeito que tiveram por mim.

A todos os professores do grupo de Educação Física da Escola Secundária de Mem Martins, o meu obrigado pelos bons momentos passados ao longo do ano, pela partilha de conhecimentos e por toda a ajuda dada. E também aos funcionários dos espaços desportivos, pela amizade e ajuda.

Aos meus pais e ao meu irmão por serem uma referência para mim a todos os níveis, quero agradecer do fundo do meu coração por me terem permitido tirar este curso e por ajudarem sempre que preciso.

Ao meu namorado, só posso agradecer-lhe por ser o meu pilar, pela paciência, por acreditar sempre em mim e pela troca de ideias que contribuíram também para concretizar este sonho.

Resumo

O Estágio Pedagógico é bastante importante na formação académica, devido a ser um momento cheio de aprendizagens, tanto pessoais, como profissionais. Momento onde a componente teórica é colocada em prática e é necessário fazer a transferência para o dia a dia, contribuindo para o sucesso, que nós estudantes desejamos alcançar.

A elaboração do presente relatório é assumida como uma exigência para a conclusão do Estágio Pedagógico e consequentemente a obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Ao longo de toda esta etapa, é necessário relatar e refletir sobre o trabalho realizado na Escola Secundária de Mem Martins durante o ano letivo 2018/2019.

Este relatório é composto por uma breve introdução ao trabalho desenvolvido, seguindo-se uma descrição e justificação das opções tomadas ao longo do ano, nomeadamente ao nível do planeamento, da condução e da avaliação, as dificuldades e necessidades de formação, mais especificamente em relação às dificuldades sentidas e formas de resolução. Ainda consta no mesmo a evolução dos alunos, o projeto de investigação e inovação pedagógica realizado na escola, a conceção e a dinamização das atividades de desporto escolar, atividades de enriquecimento curricular e a implementação de atividades de dinamização na escola, bem como o estudo de turma e o acompanhamento da direção de turma. No final é realizada uma conclusão geral de todo o trabalho desenvolvido, fazendo a ligação entre as várias áreas de intervenção.

Palavras-chave:

Educação Física, Dificuldades, Estratégias, Reflexão, Formação, Escola, Processo de ensino-aprendizagem

Abstract

Pedagogical training is very important in academic training, as it is the learning component which enables you to grow as a person and as a professional. It is the moment when the theory you have been taught, as a teacher trainee, is put into practice and in order to succeed, he/she should incorporate these teachings into their daily routine in order to be successful.

The preparation of this report assumed as a requirement for the completion of the Pedagogical Stage and consequently the achievement of the Master's degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education.

The work accomplished for it was done at Escola Secundária de Mem Martins during the 2018/2019 School year. This final paper reports and analyzes the data obtained.

This report is composed of: a brief introduction to the undertaken work, followed by a description and an explanation of the decisions taken, namely those which concerned lesson plans, their execution and evaluation, the difficulties and necessities of education and more precisely the difficulties that had to be confronted and the various ways of resolving them. Other parameters that were taken into consideration are the students' progress, the undertaking of a research project about innovative pedagogy which was applied at the same school, the brainstorming and implementation of activities for School Sport, "Atividades de Enriquecimento Curricular" and the implementation of dynamic school activities as well as an analysis of the whole class and the of the Head Teacher's responsibilities. The thesis ends with a general conclusion about the work done during the last year, so that the various areas of intervention connect.

Keywords:

Physical Education, Difficulties, Strategies, Contemplation, Education, School, the Teacher Training Process

Abreviaturas

ESMM- Escola Secundária de Mem Martins

AEMM- Agrupamento de Escolas de Mem Martins

EF- Educação Física

GEF- Grupo de Educação Física

CIF- Classificação Internacional de Funcionalidade

PNEF- Programas Nacionais de Educação Física

PADEF- Programa da Área Disciplinar de Educação Física

PAA- Plano Anual de Atividades

PAI- Protocolo de Avaliação Inicial

AI- Avaliação Inicial

RASE- Rastreio e Acompanhamento da Saúde Escolar

PAT- Plano Anual de Turma

DE- Desporto Escolar

GDEMAM- Grupo Desportivo da Escola Maria Alberta Menéres

EE- Encarregados de Educação

CPCJ- Comissão de Proteção de Crianças e Jovens

TABATA- Treino intervalado de alta intensidade

Índice

Agradecimentos	III
Resumo.....	IV
Abstract.....	V
Abreviaturas	VI
Índice	VII
Índice de figuras	IX
Índice de gráficos	IX
Índice de tabelas	IX
Introdução	10
1. Contextualização	12
1.1. Agrupamento de Escolas Mem Martins.....	12
1.2. Escola Secundária Mem Martins.....	13
1.3. Grupo de Educação Física.....	13
1.4. Recursos espaciais	15
1.5. Recursos materiais	17
1.6. Recursos temporais	17
1.7. Núcleo de estágio	18
2. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem	19
2.1. Plataforma interativa de gestão de dados	19
2.2. Planeamento.....	19
2.2.1. Primeira Etapa - Avaliação Inicial	19
2.2.2. Plano anual de turma (PAT)	20
2.3. Avaliação	23
2.3.1. Avaliação Inicial (AI)	23
2.4. Condução	27
2.4.1. Estabelecimento de rotinas de aula.....	27
2.4.2. Organização	28

2.4.3.	Instrução.....	29
2.4.4.	Estilos de ensino	29
2.4.5.	Feedback.....	30
2.4.6.	Situações de exercícios.....	31
2.4.7.	Relação professor/aluno na influência do clima de aula	31
2.5.	Semana do professor a tempo inteiro (PTI) e aula ao 1º ciclo	32
2.6.	Estratégias de formação	34
2.7.	Evolução dos alunos	34
3.	Investigação e inovação pedagógica	39
4.	Participação na escola.....	42
4.1.	Desporto Escolar.....	42
4.1.1.	Grupo/equipa Futsal Masculino Juvenis	42
4.2.	Atividades realizadas com o departamento de educação física.....	45
4.3.	Dinamizações núcleo de estágio.....	47
5.	Relação com a comunidade	50
5.1.	Estudo de turma.....	50
5.2.	Acompanhamento da direção de turma.....	55
	Reflexão	58
	Conclusão	59
	Referências Bibliografias.....	61
	Anexos	63

Índice de figuras

Figura1- Organigrama da hierarquia dos órgãos de gestão e administração da ESMM.....	12
--	----

Índice de gráficos

Gráfico 1- Evolução Atividades Físicas.....	34
Gráfico 2- Comparação AI e AS por matéria.....	35
Gráfico 3- Orientação	36
Gráfico 4- Corfebol	36
Gráfico 5- Evolução Aptidão Física.....	38
Gráfico 6- Nível de Escolaridade Pais e Enc. Edu.	51
Gráfico 7- Testes sociométricos	52
Gráfico 8- Gosto de praticar atividade física	53
Gráfico 9- Forma de prática.....	53
Gráfico 10- Escolha da área de Economia	54
Gráfico 11- Comparação AI e AS (Anexo 3)	65

Índice de tabelas

Tabela 1- Recursos espaciais	16
Tabela 2- Ficha de Avaliação Formativa (Anexo 1)	63
Tabela 3- Ficha de observação interpares (Anexo 2)	64

Introdução

Através da formação inicial, um futuro professor de Educação Física adquire os conhecimentos e as competências necessárias para defrontar adequadamente a carreira docente (Carreiro da Costa, 1996).

A vivência de estágio é de grande importância para nós, futuros docentes, no sentido de não somente observar o comportamento e rotina dos profissionais de ensino, mas também de detetar em nós próprios, pontos fracos que devem ser trabalhados tanto no domínio de conteúdo, como no âmbito pessoal e interpessoal, de forma a sermos cada vez melhores e mais competentes no exercício da nossa função.

O Estágio Pedagógico foi realizado na Escola Secundária de Mem Martins, estando integrado no Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário de acordo com duas vertentes de responsabilidade: uma corresponde à responsabilidade profissional do estagiário face aos seus alunos, à escola e à sociedade; outra refere-se ao processo formativo do próprio estagiário.

O relatório de estágio deve ser assumido como o produto de uma apreciação de todo o processo formativo, orientado para as competências definidas, com um carácter reflexivo, contextualizado, projetivo e fundamentado.

Este relatório teve também como referência as competências do guia de estágio pedagógico (2018/2019) que se encontram referidos nos seguintes pontos:

- Ponto 2 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem (planeamento, avaliação e condução do ensino);
- Ponto 3 Inovação e investigação pedagógica;
- Ponto 4 Participação na escola (desporto escolar e outras atividades relacionadas);
- Ponto 5 Relação com a comunidade (estudo de turma e acompanhamento da direção de turma).

Para além do ponto 1, que descreve a contextualização do estágio (caraterização do agrupamento, da escola e do grupo de educação física e identificação dos recursos materiais, temporais e espaciais e reflexão crítica), os pontos 2, 3, 4 e 5 respeitam as áreas de formação de acordo com o Guia de Estágio Pedagógico 2018/2019.

Ao longo de todo o relatório adotarei uma postura reflexiva, crítica, mas também projetiva sobre todas as atividades de estágio realizadas ao longo do presente ano letivo. O mesmo apresenta uma contextualização do agrupamento, da escola, do grupo de educação física, do núcleo de estágio e da turma, seguindo-se de reflexões sobre cada área e subárea do estágio, bem como as relações que se estabelecem entre as mesmas

de modo a que este seja entendido como um todo e não como uma simples soma das partes.

1. Contextualização

1.1. Agrupamento de Escolas Mem Martins

A Escola Secundária de Mem Martins foi criada em 1983, através da Portaria nº 907/83, 1 de outubro de 1983, localizada em Rio de Mouro.

Desde julho de 2012 a Escola Secundária de Mem Martins agregou-se com o agrupamento de escolas Maria Alberta Menéres (EB1/JI Serra das Minas, EB1 MM2, EB2/3 Maria Alberta Menéres). Ao conjunto institucional foi atribuída a designação oficial de Agrupamento de Escolas de Mem Martins, definindo como sede de agrupamento a escola secundária (PEA, 2013-2017, p.7).

O corpo docente do agrupamento é constituído por professores dos três ciclos de ensino, incluindo o ensino Pré-Escolar, e ainda o ensino Secundário.

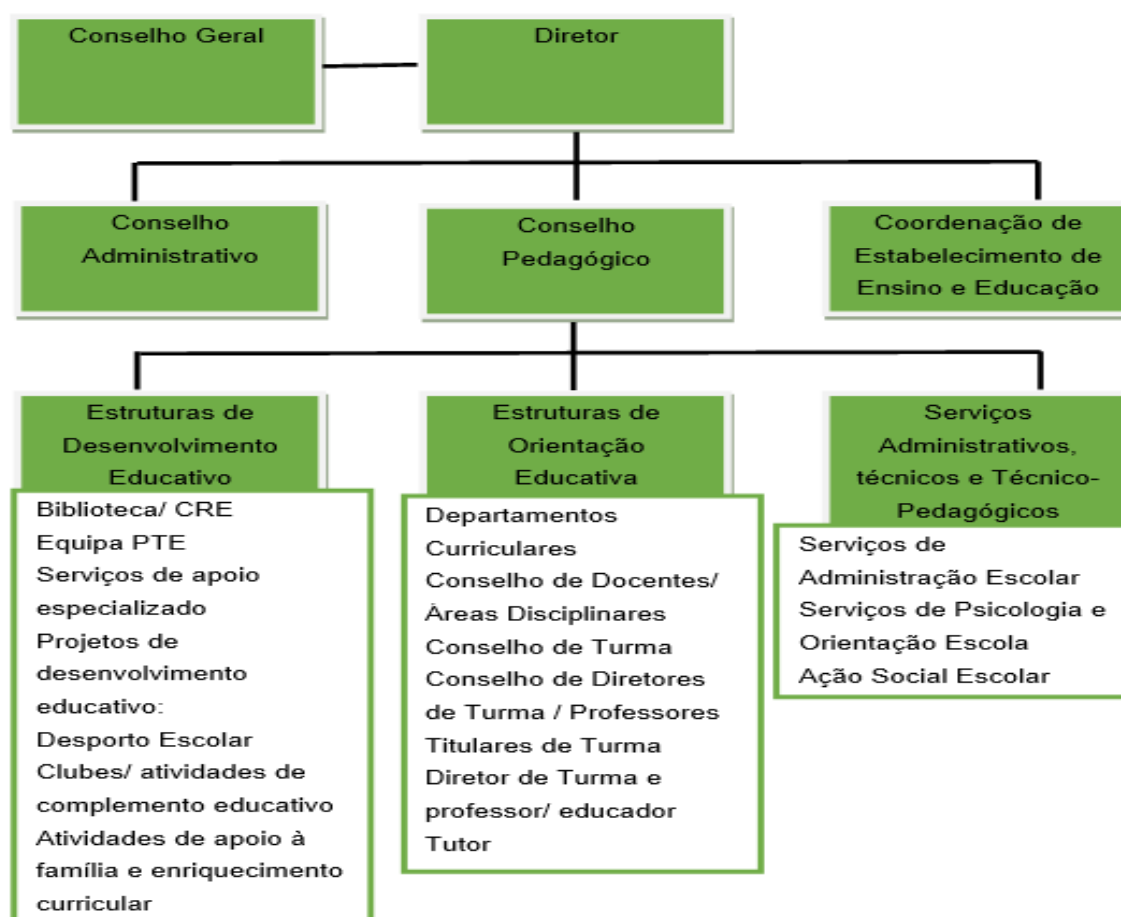


Figura1- Organograma da hierarquia dos órgãos de gestão e administração da ESMM

Na Figura 1 é apresentada a estrutura base dos cargos de administração e gestão escolar, surgindo também outras estruturas que são influenciadas pelas decisões dos

órgãos posicionados hierarquicamente acima. Em conformidade com a visão do AEMM, presente no PEA “a dinâmica interativa entre os três primeiros pilares resultará num quarto pilar estruturante: aprender a viver juntos” (PEA, 2013-2017, p.5). Estes pilares tiveram influência nas atividades implementadas pelo núcleo de estágio na escola, com o objetivo de desenvolver o processo de socialização entre os alunos, professores, assistentes operacionais, administrativos e encarregados de educação.

A análise das dinâmicas internas do agrupamento assume uma grande importância nas decisões do agrupamento, contudo neste relatório evidenciarei com maior detalhe as dinâmicas internas do grupo de educação física (GEF), grupo onde estive integrada durante o processo de estágio.

1.2. Escola Secundária Mem Martins

Ao nível de oferta escolar a ESMM integra o 9º ano de escolaridade do 3º Ciclo do Ensino Básico (ensino regular), o Ensino Secundário Regular (cursos científico-humanísticos – 10º, 11º e 12º anos). Ainda tem o Ensino Profissional, que é composto pelos seguintes cursos: Técnico de Secretariado; Técnico de Análise Laboratorial; Técnico de Design Gráfico; Técnico de Vendas; Técnico Auxiliar de Saúde; Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos, Técnico de Turismo.

1.3. Grupo de Educação Física

O Grupo de Educação Física (GEF) está incluído no departamento de Educação Física. É coordenado por uma professora, contando com um total de 10 docentes e três estagiários pertencentes ao núcleo de estágio da Faculdade de Motricidade Humana.

Os principais documentos orientadores utilizados pelo grupo são:

Os Programas Nacionais de Educação Física (PNEF) que “constituem, um guia para a ação do professor, que, sendo motivado pelo desenvolvimento dos seus alunos, encontra aqui os indicadores para orientar a sua prática, em coordenação com os professores de EF da escola (e das «escolas em curso») e também com os seus colegas das outras disciplinas” (Ministério da Educação, 2001, p. 4).

A existência de um apoio documental, projeto da área disciplinar de educação física (PADEF), foi uma realidade no presente estágio. Este documento aceite e aplicado por todos os professores do grupo foi baseado no documento orientador e também no plano anual de atividades (PAA). Neste último estão inseridas todas as atividades físicas e desportivas realizadas pelo departamento de educação física. Estas atividades são

também um instrumento essencial para a promoção da saúde e da inclusão e integração social, já que todos os alunos podem participar, independentemente da idade e do sexo.

O protocolo de avaliação inicial (PAI) serve para registar a prestação inicial dos alunos nas atividades físicas, na aptidão física e nos conhecimentos. Integra os critérios específicos de avaliação, ou seja, adaptados às componentes de avaliação da disciplina.

As aprendizagens essenciais são documentos de orientação curricular base na planificação, realização e avaliação do ensino e da aprendizagem, conducentes ao desenvolvimento das competências inscritas no Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória.

O Perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória apresenta o que se pretende que os alunos alcancem.

O grupo utiliza ainda, fichas de observação por matérias para a avaliação inicial, formativa e sumativa.

A existência de documentos orientadores permite o estabelecimento de um compromisso coletivo por parte de todos os docentes do grupo disciplina.

O desporto escolar existente na escola engloba cinco modalidades: andebol masculino, voleibol masculino e feminino, futsal masculino, badminton e rugby misto.

O Projeto da área Disciplinar de Educação Física, assume como finalidades educativas (AEMM, 2013):

- A formação de jovens responsáveis, autónomos, civicamente participativos, vinculados ao sistema de valores definido pela Lei de Bases do Sistema Educativo português;
- O desenvolvimento de dinâmicas de integração adequadas à diversidade da população escolar e as necessidades do meio;
- O desenvolvimento de competências científicas e técnicas que permitam aos alunos integrar-se futuramente nas dinâmicas sociais;
- O reforço da imagem social da Escola enquanto organização ao serviço do conhecimento e da cultura, interveniente e integrada na comunidade sociocultural a que pertence;
- A melhoria das condições de trabalho e de relacionamento de todos os elementos da comunidade escolar conducentes à sua satisfação e realização pessoal e profissional.

Assume também do Projeto Educativo os seguintes objetivos gerais, a nível do clima organizacional:

- Valorizar a educação para a cidadania;
- Criar um clima de disciplina no respeito pelas regras do Regulamento Interno;
- Promover o trabalho colaborativo entre todos os elementos da comunidade educativa;

- Melhorar o funcionamento dos órgãos de gestão intermédia.

A nível da organização curricular:

- Valorizar o trabalho, o mérito e a excelência, envolvendo e responsabilizando o aluno face à sua própria formação;
- Diminuir os níveis de insucesso e abandono escolar;
- Diversificar os percursos formativos dos alunos;
- Aprofundar formas consistentes de articulação entre os planos curriculares e as atividades de complemento curricular e extracurricular;
- Fomentar a educação para a saúde.

O grupo de educação física tinha um relacionamento positivo, trabalhando em conjunto e ajudando-se em todas as atividades realizadas ao longo do ano letivo, distribuindo tarefas para que todos tivessem um papel importante.

Existiu, desde o início, uma boa relação com o grupo de educação física, tendo eu sido bem acolhida e apoiada. Essa relação intensificou-se na sequência da atividade do Intercâmbio Desportivo e Cultural com a Escola Secundária Poeta Al Berto de Sines. Ainda assim, a participação enquanto estagiários poderia ter sido maior, através da nossa participação em iniciativas que envolvessem todo o grupo, desde o início do ano.

1.4. Recursos espaciais

Para a leção das aulas da disciplina de Educação Física, a Escola Secundária de Mem Martins dispõe dos seguintes espaços:

Espaços	Matérias
Ginásio	<ul style="list-style-type: none"> • Ginástica de solo • Ginástica Acrobática • Ginástica de Aparelhos • Dança • Matérias Alternativas (luta)
Pavilhão	<ul style="list-style-type: none"> • Voleibol • Andebol • Basquetebol • Badminton • Dança • Ginástica de solo

	<ul style="list-style-type: none"> • Ginástica Acrobática
Polivalente	<ul style="list-style-type: none"> • Voleibol • Andebol • Futsal • Basquetebol • Desportos de Raqueta • Dança • Ginástica Acrobática • Atletismo • Corfebol
Campos Exteriores	<ul style="list-style-type: none"> • Voleibol • Andebol • Futebol • Basquetebol • Corfebol • Barreiras • Corrida de Estafetas

Tabela 1- Recursos espaciais

Segundo Jacinto et al. (2001, p. 23), os espaços devem ser polivalentes, possibilitando a aprendizagem de todas as matérias, mesmo que não seja nas situações mais adequadas, de maneira que o professor possa optar pela seleção de matérias e modos de prática em cada unidade de ensino ao longo do ano letivo.

A maior parte dos espaços são polivalentes com exceção do ginásio. Apesar da polivalência dos espaços, estão definidas as matérias a serem lecionadas em cada espaço. Se todos os restantes espaços são considerados polivalentes, não deveriam ser atribuídas matérias para cada espaço. Deve ser o próprio professor a definir aquilo que necessita de trabalhar com a turma e arranjar soluções garantindo sempre a segurança dos alunos.

Outro condicionamento que ocorre é a impossibilidade de lecionar aulas no polivalente e nos campos exteriores sempre que as condições atmosféricas são adversas, devido ao piso molhado. Quando isso acontece, a aula passa a ser teórica e lecionada numa sala existente no pavilhão de Educação Física, ou caso exista, outro espaço livre poderá ser utilizado pelo professor. O importante é que os alunos não deixem de ter aula, caso não seja possível trabalhar o que estava planeado é preciso definir planos “B” para que a aula seja realizada na mesma. Aquilo que realizei como alternativa no apoio teórico

às matérias em desenvolvimento, foi a lecionação de uma aula teórica sobre o Suporte Básico de Vida, o que necessitou de uma orientação dos trabalhos de grupo e disponibilização para a sua realização.

Além dos espaços acima referidos, existe ainda o espaço destinado ao projeto de Rastreio e Acompanhamento da Saúde Escolar (RASE). Este espaço está equipado com aparelhos de musculação e cardiofitness.

O mapa de rotações está estabelecido para que os professores estejam no mesmo espaço durante três semanas com uma sequência lógica - ginásio, campo exterior 1, pavilhão, campo exterior 2 e, por último, polivalente. Isto possibilita o trabalho semanal, sendo constante de umas aulas para as outras. Mas devido às mudanças de horários existentes após a definição desse mapa alguns professores não tiveram as aulas no mesmo espaço durante a semana. No meu caso isso aconteceu, sendo positiva a lecionação de mais matérias durante a semana, mas por outro lado os alunos não tinham uma continuidade nas matérias, necessitando de fazer uma revisão na aula sobre o que já tinha sido abordado em aulas anteriores da mesma matéria.

1.5. Recursos materiais

Os recursos materiais são bastantes satisfatórios, tanto em quantidade como em qualidade. A escola tem duas arrecadações de materiais. Uma arrecadação fica por baixo das bancadas do pavilhão polidesportivo e é aí que se encontra todo o material que pode ser utilizado nessa infraestrutura. A outra arrecadação fica junto à entrada do pavilhão e esse material serve para ser utilizado nos campos exteriores e no pavilhão.

Relativamente aos recursos materiais, a escola encontra-se bastante bem equipada.

1.6. Recursos temporais

Jacinto et al (2001, p. 22), refere que carga horária foi aumentada para três horas, sendo o ideal para a sua distribuição 45'+45'+45'+45', mas caso não seja possível, realiza-se 3 sessões semanais (2x45min+1x90min). "É reconhecido cientificamente que realizar atividade física diariamente é a condição ideal para se obterem efeitos ao nível da melhoria da aptidão física, e que a frequência mínima que possibilita esses benefícios é de três sessões semanais" (Jacinto et al, 2001, p. 22). As 4 sessões por semana são o melhor cenário de forma a aproximar o desenvolvimento da aptidão física e promoção da saúde.

A carga horária semanal da disciplina na escola é constituída por três blocos, dois de 50 minutos com um intervalo de 10 minutos e outro de mais 50 minutos noutro dia da

semana. O tempo de intervalo foi decidido pelo departamento como forma de rentabilizar o tempo da aula. No entanto, em termos práticos 10 minutos de intervalo tornam-se excessivos, tendo optado por utilizar apenas 3 a 5 minutos de intervalo, sendo este suficiente para os alunos descansar e beber água.

O tempo para a entrada e saída da disciplina de Educação Física é demasiado reduzida, retirando tempo à disciplina em si, para que os alunos estejam preparados. Estão contemplados somente 5 minutos para que os alunos consigam trocar de roupa, tomar banho e tenham tempo para chegar à aula seguinte atempadamente. É compreensível que não o consigam fazer nesses 5 minutos. Uma forma de conseguir contornar este obstáculo, seria aumentar o tempo de intervalo entre as disciplinas. Desta forma, não seria necessário retirar tempo à disciplina e os alunos teriam o tempo necessário para a entrada e a saída da mesma.

A organização da carga horária não vai de encontro ao que Jacinto et al (2001, p. 22) refere.

1.7. Núcleo de estágio

O núcleo de estágio da ESMM de 2018/2019 é constituído por três estagiários, dois licenciados em Ciências do Desporto - Exercício e Saúde pela Faculdade de Motricidade Humana e uma licenciada em Educação Física e Desporto – Exercício e Bem-estar pela Universidade Lusófona, respetivamente um professor orientador de escola e um professor orientador de faculdade

Relativamente às relações entre os estagiários, promoveu-se uma favorável dinâmica de grupo, em todas as atividades de estágio. Este grupo foi essencial para a resolução, em conjunto, de problemas e dificuldades específicas de cada um.

O nosso orientador de escola demonstrou-se sempre disponível a ajudar-nos: forneceu-nos diretrizes para melhorarmos a nossa performance de planeamento, condução de aulas e avaliação dos alunos; disponibilizou um dossiê com vários exercícios de matérias diferentes; mostrou-nos várias soluções para algumas dificuldades que tivemos ao longo do ano bem como ferramentas para que melhorássemos o nosso desempenho. O orientador de faculdade, mesmo não conseguindo estar sempre presente durante o estágio, mostrou disponibilidade em ouvir os nossos problemas e dificuldades, dando-nos também feedback pedagógico fundamental após a observação das nossas aulas e sendo o nosso maior pilar na construção de toda a área 2.

2. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

2.1. Plataforma interativa de gestão de dados

Para a apresentação do planeamento, condução e avaliação foi realizado uma plataforma em Excel onde se encontram inscritos todos os documentos realizados e decisões tomadas, nomeadamente: Plano Anual de turma (PAT); Plano de etapas; Calendarização anual; Unidades de ensino; Calendarização de cada unidade; Planos; Objetivos; Exercícios; Grupos de trabalho por unidade de ensino. Esta plataforma que já existia de anos anteriores e foi bastante útil e facilitadora para toda a construção do planeamento, porque é de fácil construção e perceção. Ajudou ainda na compreensão dos documentos necessários a realizar como o PAT e as unidades de ensino.

2.2. Planeamento

O planeamento é o processo onde os professores aplicam os programas escolares, tendo como base o cumprimento de desenvolver e adaptar esses programas às condições existentes na escola (Januário, 1996), permitindo a potencialização das aprendizagens para cada aluno em específico (Matos, 2010). Assim, podemos considerar que o planeamento é uma das fases determinantes para o sucesso da disciplina.

Foram propostos objetivos específicos para cada matéria e procedeu-se à calendarização e planeamento da avaliação inicial de acordo com os recursos disponíveis – espaciais, temporais, materiais e humanos, com as matérias a avaliar e com o período definido pelo GEF. De seguida, foram definidas as estratégias de ensino para uma intervenção pedagógica de qualidade na dimensão de instrução, de organização, de clima e de disciplina e os instrumentos de avaliação a utilizar: grelhas de observação; observação direta; fichas de registo de aptidão física.

Foram realizadas 4 etapas: Avaliação Inicial (1ª etapa), Aprendizagem (2ª etapa), Desenvolvimento (3ª etapa) e Consolidação (4ª etapa).

2.2.1. Primeira Etapa - Avaliação Inicial

A avaliação Inicial “é um processo decisivo pois, para além de permitir a cada professor orientar e organizar o seu trabalho na turma, possibilita aos docentes da disciplina assumirem compromissos coletivos, aferindo decisões anteriormente tomadas quanto às orientações curriculares, adequando o nível de objetivos e/ou procedendo a correções ou alterações na composição curricular à escala anual e/ou plurianual, caso considerem necessário” (Jacinto et al., 2001).

A etapa da avaliação inicial foi baseada nas indicações do protocolo de avaliação inicial, dos PNEF e da ajuda dos meus colegas. Teve como objetivos: conhecer os alunos; apresentar o programa de Educação Física; criar um bom clima de aula e ensinar rotinas de organização e normas de funcionamento; avaliar o nível inicial dos alunos e as suas possibilidades de desenvolvimento no conjunto das matérias de Educação Física; identificar os alunos críticos e as matérias prioritárias; recolher dados para definir prioridades de desenvolvimento para a etapa seguinte (Carvalho, 1994).

Estas decisões metodológicas foram cumpridas através: do sistema de rotação pelos espaços; da criação de rotinas de organização e funcionamento nas diferentes partes da aula (parte inicial, fundamental e final); de aulas ricas e variadas, diversificando as matérias a avaliar e repetindo as matérias em que tinha tido mais dificuldade em identificar o nível dos alunos; da identificação de aspetos críticos na aprendizagem em cada matéria; do foco na observação sobre os critérios e indicadores para cada matéria e nível, uma vez que já existia um sistema de registo para cada matéria no GEF; da realização de um relatório a partir das informações recolhidas.

O período definido pelo GEF e recomendado por Jacinto et al. (2001) e Carvalho (1994) de 4 a 5 semanas “para que o professor possa recolher dados sobre a forma como os alunos aprendem e prognosticar o seu desenvolvimento”, foi por mim cumprido.

2.2.2. Plano anual de turma (PAT)

O plano de turma é efetuado pelo professor, o qual seleciona e utiliza processos diferentes para que todos os alunos tenham sucesso, em cada ano, nas competências prioritárias das matérias (Jacinto et al., 2001).

Através da avaliação inicial foi possível realizar o plano anual de turma (PAT), isto porque, obtive dados por onde me guiar e verificar os níveis individuais nas atividades físicas e aptidão física, possibilitando a definição das matérias prioritárias, os objetivos para a turma e os grupos de trabalho por nível.

O PAT desenvolveu-se com base: nos períodos letivos, nas interrupções letivas, no sistema de rotação de espaços, nos dados de diagnóstico da avaliação inicial, nos dados de prognóstico definidos no processo de ensino-aprendizagem, nas matérias prioritárias e nas restantes, nas aulas politemáticas, no plano anual de atividades do GEF.

As matérias prioritárias definidas foram voleibol, andebol, ginástica de solo, minitrampolim, corrida de barreiras, lançamento do peso e corfebol. O estabelecimento das matérias prioritárias foi através do maior número de nível não introdutório (NI) de cada matéria. Para cada grupo de atividades (desportos coletivos, ginástica e atletismo), escolhi

apenas as duas matérias de cada com mais NI. Nas matérias alternativas das duas escolhidas, optei por aquela onde os alunos tinham menos contato, sendo ela o corfebol.

No PAT está inerente o plano de etapas “...períodos mais reduzidos de tempo que facilitem a orientação e regulação do processo de ensino-aprendizagem. Estas etapas devem assumir características diferentes, ao longo do ano letivo, consoante o percurso de aprendizagem dos alunos e as intenções do professor” (Jacinto et al. (2001). As unidades de ensino “(...) um conjunto de aulas, com estruturas organizativas semelhantes, centradas na persecução de um conjunto de objetivos afins” (Quina, 2009), bem como o número de aulas e as matérias abordadas.

Os objetivos definidos foram ao encontro dos PNEF, tendo sofrido algumas alterações com base nas reflexões feitas após as aulas ao longo do ano letivo e da avaliação formativa realizada em cada matéria. Inicialmente, foram definidos cerca de três a quatro objetivos por matéria nas unidades de ensino, mas depois verificou-se que o melhor seria incidir em apenas um ou dois objetivos, porque os alunos não estavam a conseguir atingir tantos objetivos.

2.2.3. Segunda Etapa – Aprendizagem

Após a elaboração do PAT, foi elaborado o plano da segunda etapa- aprendizagem e desenvolvimento. Todos os planos realizados incluem a calendarização da etapa, objetivos do professor, unidades de ensino e a avaliação sumativa da respetiva etapa. Para cada unidade de ensino foi estabelecida a calendarização específica, os grupos de trabalho, os objetivos para cada matéria, os planos de aula e os exercícios a serem realizados.

A segunda etapa foi planeada de forma a disponibilizar mais tempo para as matérias prioritárias, continuando a trabalhar as restantes definidas para esta etapa. Para a aptidão física, foi planeado a realização de uma TABATA, treino intervalado de alta intensidade, com duração de quatro minutos. Cada exercício é realizado durante 20 segundos e o descanso entre os exercícios é de 10 segundos.

2.2.4. Terceira Etapa – Desenvolvimento

Após a segunda etapa, houve a necessidade de planear o processo de ensino-aprendizagem para a terceira etapa, focando-me no desenvolvimento de novas aprendizagens e na consolidação das aprendizagens anteriores.

Para além da TABATA, foi também realizado durante a 3ª etapa, no aquecimento um percurso de corrida com diferentes velocidades. O objetivo desse aquecimento foi melhorar a aptidão aeróbia dos alunos.

2.2.5. Quarta Etapa - Consolidação

Na última etapa o grande objetivo era potencializar ao máximo os alunos com mais dificuldades, de nível não introdutório para que estes chegassem pelo menos ao nível introdutório em pelo menos duas matérias e consolidar as matérias abordadas. Este objetivo não foi atingido por uma aluna, porque a mesma apenas começou a realizar as aulas a meio do 2º período o que a prejudicou, necessitando de mais trabalho. Ainda assim, duas das alunas de nível mais baixo atingiram. O planeamento para a aptidão física foi definido para melhorar a componente da flexibilidade, componente onde os alunos apresentaram mais dificuldades desde a avaliação inicial. Foram realizados exercícios dois a dois, focados nos membros inferiores e nos ombros.

A segunda, terceira e quarta etapa foram ao encontro da diferenciação dos alunos, planeando exercícios específicos para cada nível e para cada grupo de trabalho. Era fundamental que todos se sentissem incluídos e motivados, tivessem sempre um desafio a ultrapassar, nem demasiado acima nem abaixo das suas capacidades, conseguindo os diferentes objetivos.

2.2.6. Planeamento – Dificuldades sentidas

O planeamento é um dos momentos onde os estagiários sentem mais dificuldades durante o seu ano de estágio (Teixeira & Onofre, 2009). A situação ocorre porque estes têm de planear algo ao qual não estão familiarizados nem têm muita experiência para o fazer (Griffey & Housner, 1991). Tendo sido uma dificuldade também sentida, sobretudo na calendarização das matérias ao longo de todo o ano, necessitando de fazer ajustamentos ao longo do tempo, foram distribuídas com base nos espaços e a maioria de igual forma. No planeamento em si, recorri a documentos de estagiários dos anos anteriores. Na definição dos objetivos para as aulas, como solução defini objetivos intermédios para cada aluno em função da avaliação inicial; como progressão de aprendizagem para cada matéria, fui verificando o planeamento das unidades anteriores, as autoscopias realizadas após cada aula e o estudo de progressões para os vários exercícios, adaptando-se sempre às capacidades dos alunos; por último, no planeamento das próprias unidades de acordo com os objetivos definidos para cada matéria, maior estudo autónomo de exercícios consoante os objetivos definidos para cada matéria.

Após cada aula foram realizadas autoscopias tendo sido determinantes para melhorar as decisões, a intervenção pedagógica e na escolha das tarefas que fossem ao encontro das aprendizagens dos alunos. Este método possibilitou refletir sobre os aspetos positivos e menos positivos ocorridos na aula, nomeadamente, a escolha dos grupos de trabalho homogêneos por nível e organizar as aulas por estações devido ao número de alunos existentes na turma.

2.3. Avaliação

Segundo Carvalho (1994) “(...) a avaliação pressupõe um sistema de recolha e interpretação de dados para que, professores e alunos possam adaptar a sua atividade aos progressos e problemas de aprendizagem verificados e decidir novas prioridades, novos desafios, outras possibilidades para aprenderem”.

Todas as áreas de extensão de Educação Física devem ser incluídas na avaliação: atividades físicas (matérias), aptidão física e conhecimentos (Jacinto et al., 2001).

Na avaliação global da turma foram aplicados três tipos de avaliação: a avaliação inicial, a formativa e a sumativa.

2.3.1. Avaliação Inicial (AI)

A avaliação inicial (AI) corresponde à primeira fase do planeamento das etapas de ensino, onde somos confrontados com a necessidade de organizar o processo de ensino-aprendizagem, recolher e definir os objetivos que iremos seguir ao longo do ano letivo orientando o percurso de desenvolvimento dos alunos (Carvalho, 1994).

Carvalho (1994) define os objetivos delineados para esta etapa: conhecer os alunos em atividade de Educação Física; apresentar o programa de Educação Física desse ano; rever aprendizagens anteriores; criar um bom clima de aula, ensinar/aprender ou consolidar rotinas de organização e normas de funcionamento; avaliar o nível inicial dos alunos e as suas possibilidades de desenvolvimento no conjunto de matérias de Educação Física; identificar alunos críticos e as matérias prioritárias; recolher dados para definir as prioridades de desenvolvimento para a segunda etapa e para orientar a formação de grupos; identificar os aspetos críticos no tratamento de cada matéria; recolher dados para que todo o grupo de professores possa elaborar ou ajustar o Plano Plurianual, estabelecendo metas para cada ano de escolaridade. Os objetivos foram atingidos durante as 5 semanas de avaliação inicial, tendo obtido dados suficientes para a realização de todos os documentos, grupos de trabalho, organização de aula, definição de matérias prioritárias e objetivos atingir.

O protocolo da avaliação inicial foi desenvolvido de acordo com o documento elaborado pelo grupo disciplinar, tendo como base as rotações dos espaços e as matérias mais indicadas a serem realizadas em cada espaço. As matérias foram Desportos Coletivos (Voleibol; Andebol; Basquetebol; Futebol), Ginástica (Solo; Minitrampolim; Trave; Plinto), Desportos de Raquetes (Badminton), Atletismo (Corrida de velocidade; Barreiras; Lançamento do peso), Dança (Aeróbica) e Desportos Alternativos (Corfebol; Orientação).

Estas fichas de registo estão muito bem estruturadas porque possibilitam que seja feito todo o tipo de avaliação (inicial, formativa e sumativa). É de referir que senti dificuldades no início (AVI), isto porque foi a primeira vez que fiz este tipo de avaliação e não conhecia os meus alunos. O que me ajudou neste processo foi ter uma folha com o nome e a fotografia de cada aluno.

Para a avaliação, foram atribuídos níveis de aprendizagem, nível não introdutório (NI), introdutório (I), elementar (E) e avançado (A), tendo sido necessário compartimentar esses níveis para não introdutório (NI), introdutório menos (I-), introdutório (I), introdutório mais (I+), elementar menos (E-), elementar (E), elementar mais (E+) e avançado (A). A utilização desta nomenclatura facilitou a perceção dos níveis em que os alunos se encontravam, uma vez que existiam alunos que não cumpriam todos os objetivos do nível e mantinham-se no nível anterior.

A avaliação da aptidão física foi realizada em todos os períodos com cinco testes do programa FITescola (vaivém, abdominais, extensões de braços, flexibilidade dos membros inferiores e dos ombros), na qual os alunos foram considerados aptos ou não aptos em cada teste. O teste que apresentou mais alunos fora da zona saudável foi a flexibilidade dos membros inferiores, tendo ainda sido trabalhada a aptidão aeróbica e muscular. Houve melhorias em alguns testes, nomeadamente no vaivém, extensões de braços e abdominais. No entanto, os testes de flexibilidade continuaram a ser os mais baixos, mesmo tendo trabalhado com os alunos. A flexibilidade é das componentes que necessita de mais trabalho, mas para isso é necessário planear desde o início do ano um plano de intervenção e de melhoramento para que os resultados sejam notórios.

Na área dos conhecimentos durante a avaliação inicial não foi aplicado nenhum teste, uma vez que o protocolo de avaliação só inclui a área da aptidão física e das atividades físicas. No entanto, não concordo com esta opção uma vez que para a lecionação da área dos conhecimentos é também necessário saber o nível dos alunos, de forma a ter uma referência inicial.

2.3.2. Avaliação Formativa

A avaliação formativa tem duas vertentes: para o professor ajuda a orientar e a regular o seu ensino, permitindo o reajustamento dos planos e da progressão dos alunos, tendo alcançado este objetivo e para os alunos, permitindo que estes verificassem a sua evolução (Araújo, 2007). A avaliação formativa é vista também como uma autoavaliação dos alunos.

Para a realização da avaliação formativa durante o 1º período foi realizada uma tabela com os objetivos correspondentes a cada nível, apresentada no anexo 1. Nessa tabela foi colocado com “X” de cor azul o nível correspondente ao obtido na Avaliação Inicial e o “X” a vermelho o que fora programado como objetivo da etapa. O “X” a preto foi identificado pelos alunos durante as aulas e correspondia ao objetivo, que dentro do nível da Avaliação Inicial e da etapa, eles achavam que tinham já alcançado. Foi explicado a todos os alunos qual seria o objetivo e como tinham de realizar a sua autoavaliação para cada matéria.

Durante a aplicação, nas aulas das fichas, deparámo-nos com uma dificuldade e um certo constrangimento, que foi o tempo despendido durante a aula para os alunos realizarem as suas fichas. Foi necessário pensar numa melhor estratégia para a sua aplicação. Como solução, optou-se pela realização dessas fichas via formulário Google, onde os alunos todas as semanas teriam de responder a uma ficha em casa.

Através das fichas de avaliação formativa que desenvolvemos, por formulário Google, as respostas foram obtidas dos alunos com maior rapidez e sem perda de tempo durante as próprias aulas. Por cada aula, estes realizavam uma avaliação. As matérias eram as que no momento estavam a ser lecionadas, possibilitando-os, assim, refletir sobre as suas capacidades e o que precisavam de trabalhar mais, o que potenciou a consciência sobre o seu processo de ensino-aprendizagem.

A avaliação formativa promoveu a reformulação de alguns objetivos, como referido anteriormente no planeamento.

2.3.3. Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa é a última fase de avaliação, caracterizando-se pela existência de balanços finais realizados em função dos objetivos de cada aluno, proporcionando assim, um juízo de valor sobre o seu desempenho e revelando uma classificação acompanhada de uma informação descritiva do mesmo. Consequentemente, essa classificação determinará o sucesso ou insucesso do aluno (Stufflebean & Shinkfield, 2007 citado por Araújo, 2015).

Para o sucesso do aluno, nesta área disciplinar, é considerado como referência fundamental três áreas de avaliação específicas da Educação Física, A - Atividades Físicas (Matérias), B - Aptidão Física e C – Conhecimentos. Para cada matéria o aluno pode colocar-se num dos seguintes níveis: a) não atinge nível introdutório; b) nível introdutório (I); c) nível elementar (E); d) nível avançado (A) (Ministério da Educação, 2001, p. 39).

No entanto, a avaliação sumativa aplicada pela escola tem uma cotação de 70% das atividades físicas e 30% para o saber estar. Os 70% inclui 80% para o saber fazer, 10% para a aptidão física e 10% para os conhecimentos. Para o saber fazer foram atribuídas as classificações primeiro por níveis e posteriormente passadas para cotação de 0 a 20; na aptidão física os alunos tinham de realizar cinco dos testes do FITescola contando o número de testes dentro da zona saudável, ao qual correspondia também a uma cotação de 0 a 20. Nos conhecimentos foi feito, no 1º período, um trabalho de grupo e a sua apresentação e no 3º período um mini teste sobre os Fatores de Saúde e Risco associados à prática de Atividades Físicas Desportivas, com cotação de 0 a 20. Para o saber estar era avaliado a assiduidade/pontualidade, a cooperação, a responsabilidade e a participação/empenho dos alunos (18 a 20 - excelente, 14 a 17 - satisfaz bem, 10 a 13 - satisfaz, 6 a 9 - não satisfaz e 0 a 5 - fraco).

Confrontados os critérios específicos definidos pelos PNEF e os critérios seguidos pela escola é notória a diferença existente. Os da escola são transportados para percentagens e os domínios estão separados. Apenas nas atividades físicas são atribuídos níveis aos alunos, que posteriormente são transformados em percentagem.

Nos objetivos definidos para cada matéria e para cada nível, já se encontram incluídos as componentes das atitudes e dos valores, como se refere:

“Aceita as decisões da arbitragem, identificando os respetivos sinais e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo”.

(Ministério da Educação, 2001, p. 40)

Com a separação do saber estar das atividades físicas é feita uma dupla valorização da avaliação das atitudes e dos valores.

As dificuldades sentidas durante a avaliação sumativa inscrevem-se na atribuição da classificação de todos os alunos e de modo a garantir que os resultados fossem ao encontro das capacidades dos alunos. As estratégias utilizadas para ultrapassar essa dificuldade foi o estudo do PADEF e pedir ajuda aos Professores de Educação Física e ao orientador.

Durante os procedimentos da avaliação sumativa, foi sempre tido em conta os critérios de avaliação definidos pelo GEF. Foi explicado aos alunos e em todos os momentos de avaliação os objetivos a atingir em cada nível e em cada matéria. Na última aula de cada período, foram realizadas autoavaliações e também uma conversa sobre o que teriam de melhorar ou aquilo que tinham atingido até ao momento.

Após cada avaliação sumativa foi realizada a comparação entre os objetivos definidos e os atingidos de cada aluno.

2.4. Condução

O desenvolvimento profissional de um professor encontra-se dependente da identificação das suas necessidades de formação nas questões relacionadas com as várias dimensões de intervenção pedagógica – estabelecimento de rotinas, organização, instrução, estilos de ensino, feedback, situações de exercícios e relação professor/aluno na influência do clima da aula.

2.4.1. Estabelecimento de rotinas de aula

Relativamente às questões organizativas e de gestão da aula, tentámos comprometer os alunos com determinadas regras e rotinas de aula. A promoção da automatização dos alunos nas rotinas organizativas da aula facilita as condições de ensino e de aprendizagem (Quina, 2009).

Os aquecimentos e os alongamentos foram atribuídos aos alunos para lecionar, ainda assim, devido a ter alunos desconcentrados e com pouco sentido de responsabilidade nem todos apresentavam condições para efetuar esta tarefa, optando por escolher aqueles que tinham essa capacidade.

Para os alunos que não realizavam a aula foram-lhes atribuídos tarefas de auxílio na montagem e desmontagem de materiais, bem como as funções de arbitragem e ajuda aos colegas. Perante esses objetivos ambos foram realizados e cumpridos na maior parte das aulas. Inicialmente, foi-lhes dado uma ficha na aula para realizarem, mas com o decorrer do tempo e a autonomia na montagem a desmontagem do material, fui passando essa tarefa para os alunos que não realizavam aula. As funções de arbitragem foram atribuídas depois de serem dadas as regras de jogo e a ajuda aos colegas era utilizada principalmente quando estes eram bons agentes de ensino para os colegas.

2.4.2. Organização

Existem variadas formas de organizar a atividade dos alunos durante as aulas de Educação Física. As mais comuns são: massiva, vagas, estafeta, percurso, circuito e áreas (DGEBS, 1992).

Durante o primeiro período, devido ao comportamento agitado e falador dos alunos, tive de alterar a forma de organização das aulas, agrupando a turma em quatro grupos, colocando cada um dos alunos mais perturbadores em estações diferentes de trabalho. Esta estratégia foi aplicada em todas as aulas, melhorando a sua organização, assegurando menos esforço para controlar o comportamento dos alunos, o que reduziu o tempo na troca de exercícios e lecionação de mais do que uma matéria ao mesmo tempo (aulas politemáticas).

Foram definidos grupos de trabalho homogêneos para as matérias de desportos coletivos, devido a ter quatro grupos e dois deles serem muito semelhantes. Dentro desses grupos, por vezes, realizei trocas entre eles e nos restantes dois grupos só foi feita a troca de grupo dependendo da evolução do aluno. Os grupos de trabalho foram estabelecidos de forma homogênea para adequar os exercícios ao nível de cada aluno, potencializando as aprendizagens.

Nas restantes matérias, os grupos estabelecidos eram heterogêneos com o objetivo de existir uma entreajuda entre os alunos com mais facilidades e aqueles com mais dificuldades.

Numa fase inicial a 2ª e a 3ª etapa resultaram bem, principalmente, na aprendizagem dos mesmos, na definição de tarefas e na própria avaliação. Isto facilitou as minhas decisões, mas para a 4ª etapa resolvi ter grupos heterogêneos para todas as matérias, o que resultou no aumento da motivação dos alunos, na troca de experiências e na ajuda entre eles.

Uma das dificuldades iniciais que senti, foi na organização do material e na gestão do tempo. Perante isto, optei por estar antecipadamente no local de aula e fazer a montagem do material que iria utilizar, planeando também exercícios e tarefas que possibilitassem logo a sua montagem no início, não perdendo tanto tempo nem dando oportunidade aos alunos para se dispersarem. Para as aulas de ginástica foi levada uma folha impressa com o esquema da montagem dos aparelhos para serem os alunos a montar, atribuindo mais uma rotina para a turma. Ambas as estratégias foram efetuadas com sucesso.

2.4.3. Instrução

A instrução é um comportamento de ensino onde o professor motiva e dá informações sobre as atividades aos alunos, nomeadamente informações sobre “o quê, o como e o porquê fazer”, justificar/fundamentar a prática e manter elevados os níveis de motivação dos alunos (Quina, 2009).

A instrução inicial, dada nas primeiras aulas, revelou-se por vezes longa, possibilitando a dispersão de alguns alunos, foi melhorada progressivamente ao focar-me nos pontos mais importantes e necessários a serem indicados no início de cada aula. Realizava a ligação com a aula anterior tirando algumas dúvidas, tratando de assuntos necessários e ainda efetuava a explicação das matérias, dos objetivos definidos e da organização para a aula.

Segundo Quina (2009), a apresentação dos exercícios coloca o professor em dificuldades, nomeadamente, não perder muito tempo com a instrução e ainda garantir que os alunos compreendam “o quê, o porquê e o como fazer” em cada exercício. Essa dupla dificuldade foi também sentida durante as primeiras aulas. Para ultrapassar esta situação foi necessária uma melhoria nas apresentações, trabalhando em casa e com os meus colegas de estágio como deveriam ser efetuadas.

Na instrução final de cada aula, foram realizados também balanços de aula, fazendo a ligação com a aula seguinte. No entanto, foi necessário ainda realizar balanços em termos gerais para a turma e especificar aspetos positivos ou menos positivos de alguns alunos, dando a possibilidade de refletirem após a aula.

2.4.4. Estilos de ensino

Mosston e Ashworth (2008) referem que “um estilo de ensino é um plano para fornecer informações, garantir oportunidades de prática, e transmitir feedback, de modo a que haja uma melhor compreensão e aquisição de conceitos, numa determinada área temática por parte dos alunos”. Segundo os mesmos autores, “o comportamento de ensino é uma cadeia de tomada de decisão (Mosston & Ashworth, 2008). A teoria do espectro assenta na noção de que todo o comportamento de ensino depende de uma série de decisões, tomadas antes, durante e após a aula.

O espectro de ensino dá aos professores várias opções sobre como ensinar, desde o controle absoluto do professor no estilo de comando até à liberdade absoluta na aprendizagem pelo aluno.

Os estilos de ensino mais utilizados durante a 1ª, 2ª e 3ª Etapa foram os convergentes: tarefa e comando, como forma de os alunos adquirirem inicialmente um

modelo de realização, de modo a terem uma imagem mental que fosse correta e apropriada ao que deveriam realizar nas diferentes tarefas de aula.

No estilo de ensino por tarefa, o professor faz a explicação e a demonstração do exercício e o aluno executa-a conforme o modelo. Por comando, o ensino está centrado no professor e no conteúdo, as decisões são da responsabilidade do professor (Catunda & Marques, 2017).

De forma progressiva foram utilizados estilos de ensino mais divergentes (4ª etapa), nomeadamente descoberta guiada, dando mais autonomia aos alunos, para explorarem diferentes formas de resolver problemas que lhes eram colocados, demonstrando criatividade, capacidade de exploração e permitindo rever aprendizagens anteriores. Foi interessante analisar a disposição dos alunos e as diferentes perspetivas de pensamento e de superação.

2.4.5. Feedback

O feedback é entendido pelas informações dadas aos alunos pelo professor com frequência, sobre a forma como efetuam as ações motoras e os resultados obtidos (Quina, 2009).

O professor deve assegurar que diversifica os feedbacks de forma justa por todos os alunos, promovendo a mesma oportunidade de aprendizagem (Carreiro da Costa et al., 1996; Piéron, 1999; Siedentop & Tannehill, 2000).

O feedback para ser eficiente tem de ser específico (em função dos critérios de êxito), imediato (durante ou imediatamente após a atividade), com pouca informação (para os alunos reterem e não transformarem a informação), positivo (motiva), audiovisual (misto), centrado na modificação do comportamento motor e na promoção da autonomia (feedback prescritivo, descritivo e interrogativo), e apropriado (em função da identificação de erros reais) (Martins; Gomes & Carreiro da Costa, 2017).

Durante a 1ª, 2ª e 3ª etapa, o feedback dado com maior frequência foi o prescritivo e o descritivo, muito à base de observação do aluno, do que fazia e no que tinha de fazer. O feedback positivo e o interrogativo foram os feedbacks menos utilizados nas primeiras três etapas, tendo sido utilizados a partir da 4ª etapa. O feedback positivo de modo a motivar os alunos e não estar apenas a corrigir o que devem melhorar, e o interrogativo para que os próprios alunos pensassem por eles, arranjassem respostas e consciência do que fizeram. Os alunos responderam bem à utilização do feedback interrogativo, demonstrando interesse e o gosto de ter sempre um feedback meu de forma a melhorarem a sua prestação nas tarefas propostas.

Na terceira etapa, houve uma evolução no fecho do ciclo de feedback. Para que o ciclo ocorresse, verificava se o aluno alterava o comportamento motor de acordo com o feedback, mas caso não acontecesse era efetuado de novo um feedback, optando por executar de forma diferente.

As fichas de observação interpares permitiram a percepção de que tipo de feedback era mais utilizado ao longo das aulas e ainda a realização de troca de ideias sobre o feedback mais adequado para determinadas situações.

2.4.6. Situações de exercícios

Os exercícios foram planeados por níveis para garantir a diferenciação, mas por vezes senti que a dificuldade não correspondia ao que os alunos necessitavam de trabalhar, tendo sido necessário realizar pesquisas sobre as variantes de cada exercício, bem como o desafio que os mesmos podem constituir para os alunos.

A dificuldade sentida nos exercícios definidos para atingir os objetivos propostos, foi melhorada através da ajuda dos meus colegas de estágio, do meu orientador de escola e dos restantes professores do grupo e ainda no aumento de estudo autónomo e pesquisa de exercícios, necessitando de efetuar a redução de objetivos por matéria.

Outra dificuldade sentida, foi ao nível da apresentação dos exercícios. Devido à organização em circuito, foi necessário primeiro organizar o material e a distribuição dos grupos, fazer a explicação de cada estação e após esse processo dar início aos exercícios para que fossem realizados ao mesmo tempo.

2.4.7. Relação professor/aluno na influência do clima de aula

“O clima de bem-estar numa sala de trabalho é habitualmente conotado com uma boa relação entre o professor e o aluno. Embora esta relação seja muito importante, o bem-estar do aluno não depende apenas dele. As relações entre os alunos do grupo e a relação de cada um deles com as atividades de aprendizagem também condicionam esse bem-estar. Todos estes três níveis relacionados dependem fundamentalmente do trabalho pedagógico do professor, da forma como é capaz de promover uma aproximação afetiva positiva entre si e os alunos, dos alunos entre si e dos alunos com a atividade de aprendizagem” (Onofre, 1995).

Um bom relacionamento entre professor/aluno foi um dos principais pontos que pretendi desenvolver durante o ano letivo, tornando o processo de aprendizagem mais fácil e enriquecedor para ambos. No entanto, a turma sempre se revelou bastante faladora

desde o início. São bastante interessados e com capacidade, mas falam muito uns com os outros, até mesmo durante a explicação dos exercícios.

Para melhorar este constrangimento fui mais assertiva. Decidi dar uma oportunidade para um comportamento fora da tarefa e após esse comportamento e se o aluno repetisse seria mandado sair da aula com marcação de falta de presença. Esta atitude foi realizada apenas duas vezes durante o ano letivo aos dois alunos mais perturbadores da turma. Nos restantes comportamentos, fora da tarefa, não foi necessário a saída do aluno, apenas a chamada de atenção e sentar-se no banco.

A turma foi melhorando o seu comportamento ao longo do ano, conseguindo ter a capacidade de ouvir durante a explicação dos exercícios. A estratégia passou pela utilização de vários tons de voz e a organização dos grupos. O trabalho em circuito também levou a que isso fosse possível, não dando a possibilidade dos mesmos falarem entre eles e estarem mais concentrados na realização das tarefas. Onofre (1996), refere que quando são garantidas a qualidade da instrução e da organização de uma aula, muitos dos problemas relacionados à indisciplina e ao clima da aula são resolvidos.

2.5. Semana do professor a tempo inteiro (PTI) e aula ao 1º ciclo

Para a condução de aulas foi também definido a realização da semana do professor a tempo inteiro (PTI) e da aula ao 1º ciclo.

O facto de ter estado uma semana como professora a tempo inteiro, desafiou-me a querer ser melhor, querer aprender mais com todos os meus colegas de educação física, superar desafios, querer melhorar as minhas competências teóricas e as práticas nas diferentes matérias e a nível do planeamento, ter a capacidade de escolher as tarefas mais ajustadas e, a nível de esforço pessoal, ter a noção do que é dar aulas seguidas e conseguir adaptar-me a cada turma.

A semana a tempo inteiro permitiu um aumento da motivação e interesse em querer estar mais presente e querer saber mais sobre os vários anos escolares, em especial os mais novos e estar mais com os professores titulares desses anos, de forma a ter uma maior aprendizagem das várias matérias. Para a resolução deste problema, esta semana deveria ser realizada mais vezes ao longo do estágio ou até mesmo, podermos acompanhar os outros professores, estando com eles nas aulas, fazendo parte delas, permitindo assim ter uma perceção diferente e experienciar diferentes realidades.

Deste modo, consigo então indicar alguns aspetos que devo melhorar, pontos fortes que neste momento já tenho e as novas aprendizagens que consegui reter.

Ao nível dos aspetos que devo melhorar:

- Realizar um balanço final em cada uma das aulas, o que permitirá que os alunos compreendam onde estão e para que estão a trabalhar;
- Maior conhecimento teórico e o objetivo prático de ginástica e salto em altura;
- Ter a capacidade de adaptar-me aos espaços e ao nível dos alunos;
- A nível do feedback, utilizar mais feedback interrogativo, prescritivo e descritivo;
- Adquirir mais formação de dança.

Ao nível dos aspetos positivos que me foram transmitidos pelos professores:

- Instrução com qualidade, clara e adaptada ao tempo de entrada dos alunos;
- Segura na transmissão de informação, de feedback e na condução da aula;
- Preocupação em visualizar todos os alunos nas diferentes tarefas;
- Estar numa estação e ainda assim estar atenta às outras estações;
- Circulação por todas as zonas da aula;
- Acompanhamento constante aos alunos com feedback, sendo o mesmo bom e oportuno;
- Utilização dos alunos como agentes de ensino;
- Demonstração com instrução.

Ao nível das aprendizagens que considero ter retirado desta semana:

- Maior conhecimento teórico e prático sobre a ginástica e o salto em altura;
- Maior conhecimento prático sobre a matéria de dança – CháCháChá;
- Diferença que existe na lecionação das aulas, principalmente no 2º Ciclo;
- Maior capacidade de adaptação;
- Maior investigação para aplicar as tarefas adequadas a mais do que uma turma e a anos diferentes.

Por último, quanto à lecionação de uma aula ao 1º ciclo, para a qual foi definido um planeamento com base nas orientações dadas pelos professores titulares da turma. Antecipadamente, foram verificados os locais e os materiais existentes, de forma a facilitar o planeamento da aula.

A lecionação desta aula permitiu a perceção de outras realizadas nas atividades de enriquecimento curricular, uma vez que já lecionei em outro contexto. As condições apresentadas eram bastante positivas em comparação com a realidade já vivida.

O relacionamento com os alunos foi positivo, tendo sentido de imediato uma aproximação com os mesmos. É de referir ainda que os alunos tinham bem definidas as regras e rotinas de trabalho.

2.6. Estratégias de formação

No supracitado ponto 2.5, mencionei os aspetos que tinha de melhorar e com isso em mente, foram implementadas fichas de observação interpares, com o objetivo de análise crítica sobre a apreciação geral, observações gerais e qualidade do feedback (anexo 2). As mesmas permitiram a perceção do feedback mais adequado a utilizar ao longo das aulas, encontrar o melhor posicionamento para observar todos os alunos e ocorrências pertinentes observadas pelos meus colegas, como por exemplo a organização do material no espaço e a utilização útil do mesmo.

As reuniões com os orientadores também ajudaram a obter ferramentas a aplicar nas aulas para melhorar o comportamento dos alunos, nomeadamente a realização do trabalho em circuito.

Assisti, ainda, a aulas de outros professores da escola o que me ajudou a aprender alguns exercícios que foram utilizados nas minhas aulas, como por exemplo o aquecimento realizado como referido na 3ª etapa. Estas estratégias partilhadas comigo foram extremamente importantes porque permitiram uma reflexão mais crítica e a obtenção de informação útil e pertinente para aplicar na minha formação.

2.7. Evolução dos alunos

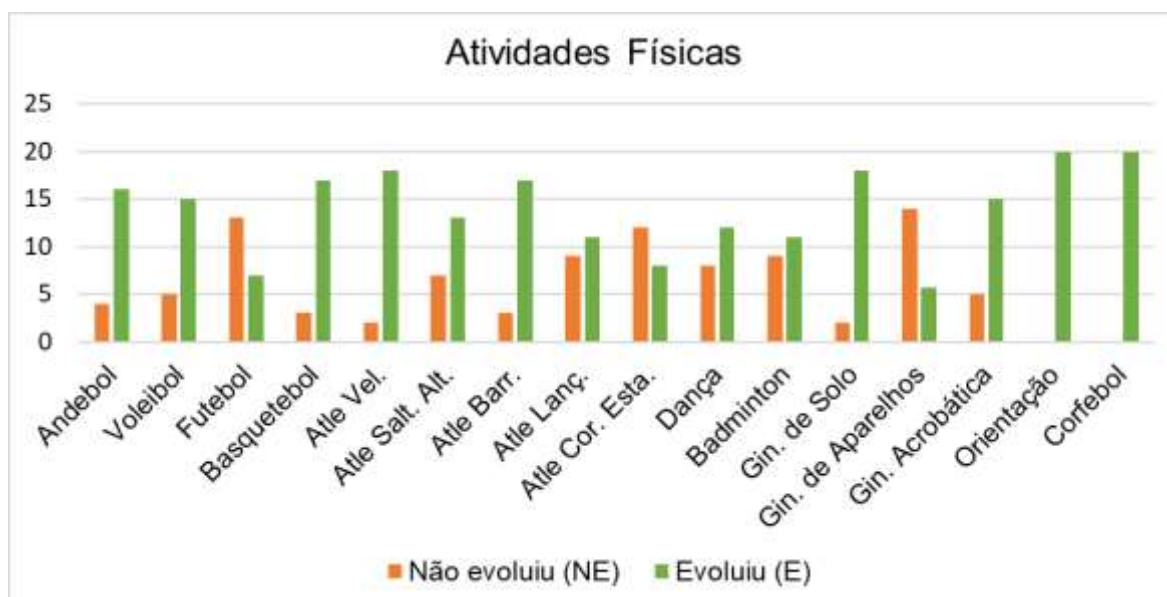


Gráfico 1- Evolução Atividades Físicas

Relativamente ao Gráfico 1, este representa a evolução dos alunos nas atividades físicas desde a avaliação inicial até à avaliação sumativa do 3º período, tendo por base os níveis de aprendizagem apresentados por cada aluno do 10º ano de escolaridade. Ao longo do ano verificou-se uma redução do número de alunos que frequentavam a disciplina de Educação Física, passando de 26 alunos para 20. Essa diminuição ocorreu essencialmente por anulação da disciplina e mudança de área no ano seguinte.

Podemos verificar que grande parte dos alunos evoluíram em quase todas as matérias, com exceção do futebol, da corrida de estafetas e da ginástica de aparelhos (plinto e trave olímpica), não sendo estas nenhuma matéria definida como prioritária.

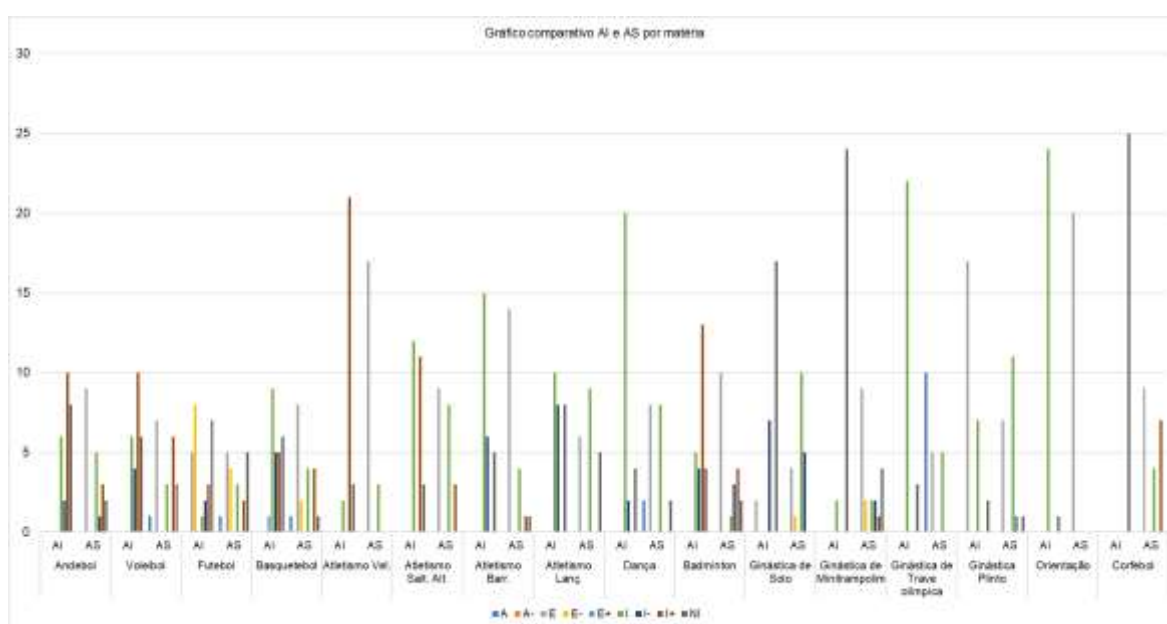


Gráfico 2- Comparação AI e AS por matéria

Ao avaliar em pormenor as matérias, pode-se afirmar que os alunos se destacam ao nível das matérias alternativas (corfebol e orientação). Este primeiro contacto com algumas das matérias, durante a disciplina de Educação Física, pode se tornar um obstáculo para que o aluno atinja os objetivos requeridos e, sendo assim, só foram definidos um a dois.

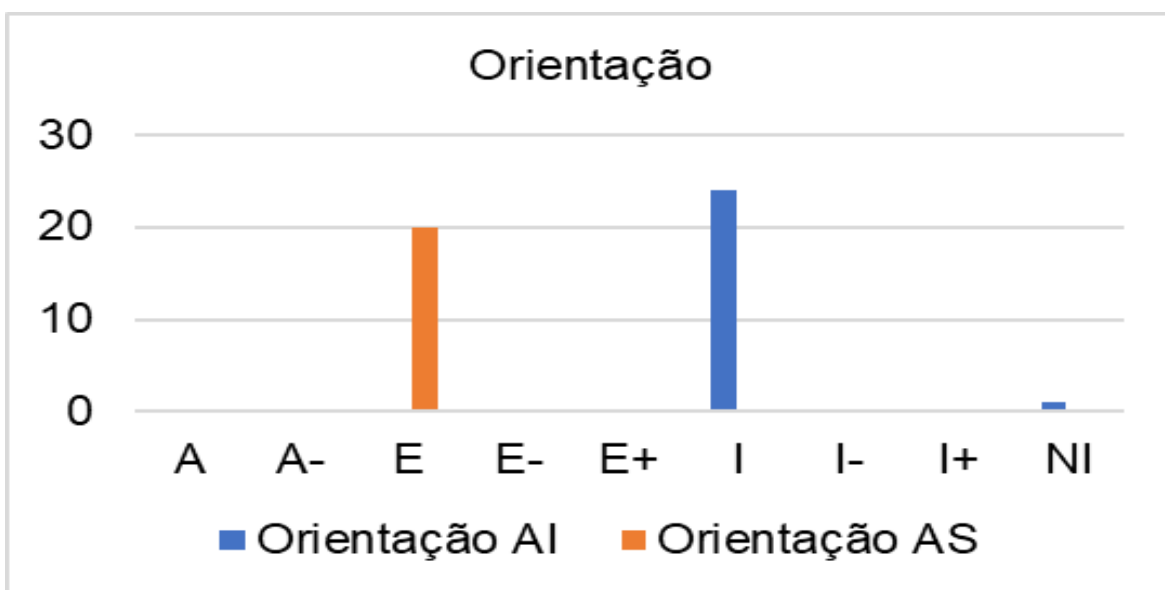


Gráfico 3- Orientação

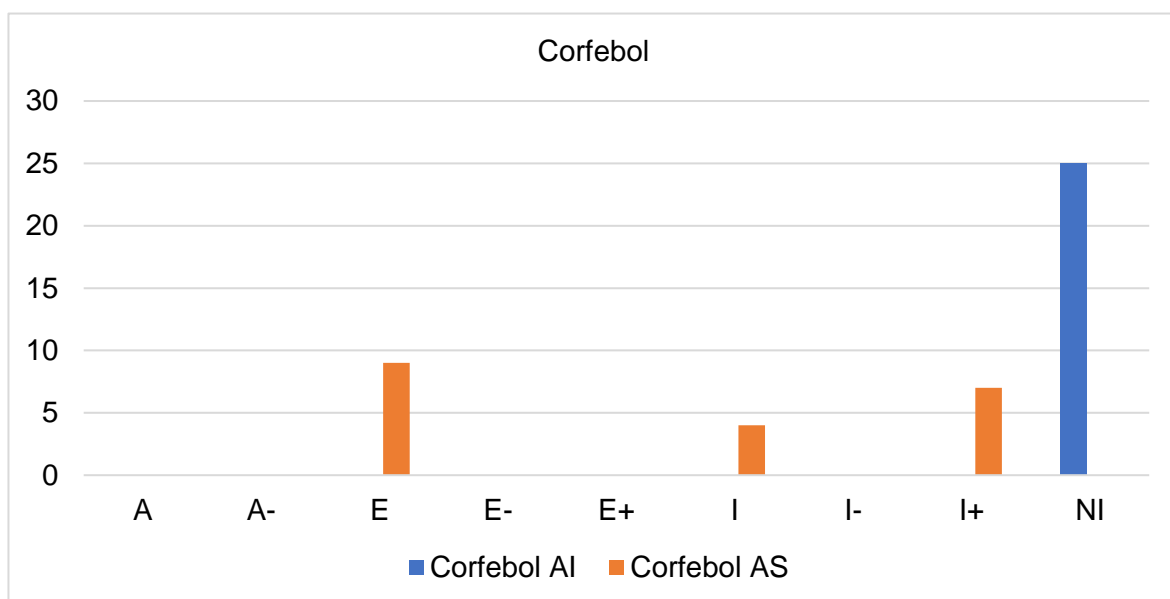


Gráfico 4- Corfebol

Como se pode verificar em ambos os gráficos 3 e 4, em ambos, os alunos iniciaram com o nível NI (Não Introdutório) e I (Introdutório) mas, ao longo do ano, verificou-se uma evolução significativa dos alunos ao longo do ano, passando a sua maioria para o nível E (Elementar).

Dentro das matérias definidas como prioritárias, os alunos apresentam uma evolução significativa, conforme representado nos gráficos em anexo. Onde podemos destacar maior evolução é na ginástica de solo, corrida de barreiras e corfebol como já referido no parágrafo anterior.

As matérias onde os alunos evoluíram menos foram o futebol, a corrida de estafetas, a trave olímpica e a ginástica no plinto. Relativamente ao futebol, existiam dois grupos distintos de nível, um com um nível bastante elevado onde a evolução não foi visível e outro cujos alunos tinham um nível bastante baixo. No entanto, é a matéria mais praticada pela turma fora do tempo do horário letivo, demonstrando mais motivação, interesse e capacidades.

O trabalho desenvolvido para estes dois grupos foi feito de forma distinta e com objetivos diferentes. Os mais evoluídos realizaram essencialmente situações de jogo 2x1, 2x3 e 3x3 e os restantes um trabalho mais individual e técnico. Nas situações de jogo formal, foram definidos grupos de trabalho heterogéneo, possibilitando a entreajuda e cooperação.

No que respeita à trave olímpica, esta não teve grande evolução devido a não ter sido uma matéria muito abordada ao longo do ano.

Apesar de ter sido bastante trabalhado o salto no plinto, os alunos apresentaram dificuldades principalmente no salto entre mãos, não tendo sucesso na passagem dos membros inferiores entre as mãos, mas sim passando de lado.

Face ao comportamento dos alunos e à sua falta de atenção, a parte técnica na corrida de estafetas foi comprometida, não atingindo os objetivos definidos para a sua evolução.

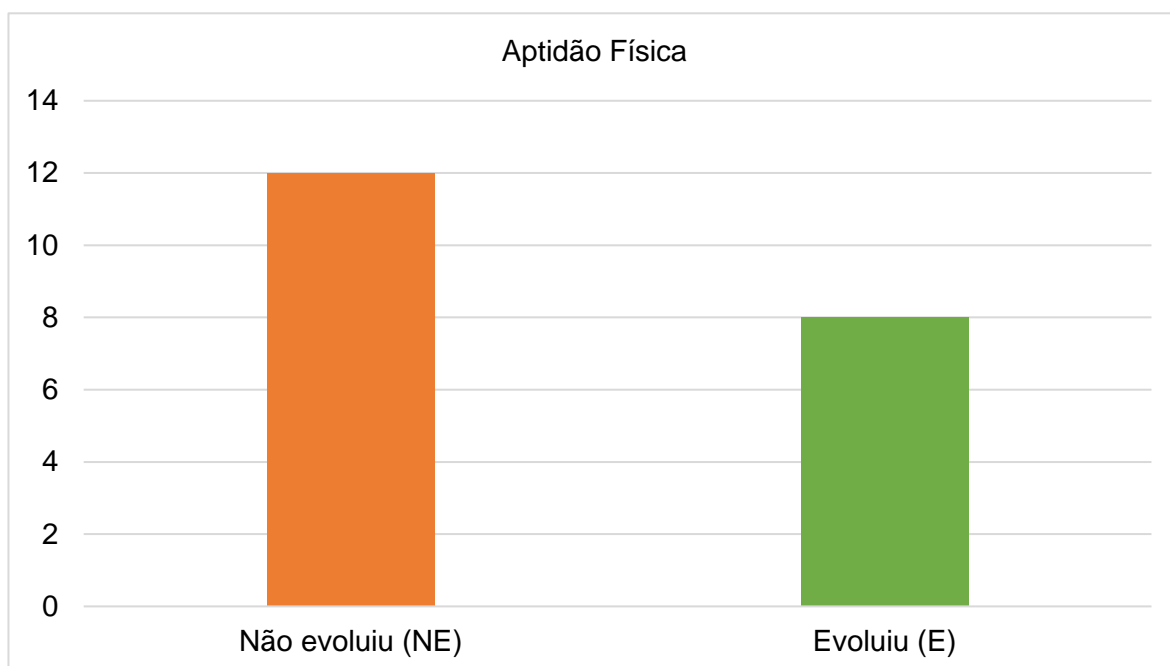


Gráfico 5- Evolução Aptidão Física

O Gráfico 5 representa a evolução da aptidão física dos alunos desde a avaliação inicial. Como se pode verificar a maioria não evoluiu o número de testes dentro da zona saudável, no entanto, estão aqui incluídos seis alunos com testes aptos desde o início do ano letivo. Dos restantes alunos, o teste com mais alunos fora da zona saudável é o da flexibilidade (membros inferiores ou ombros). Verifica-se ainda que oito alunos evoluíram.

Durante o 2º e 3º período, preocupei-me em garantir momentos dedicados ao treino da condição física. Realizaram-se como aquecimento ou no final da aula e foram aplicados treinos de TABATA e circuitos de corrida.

3. Investigação e inovação pedagógica

O foco da investigação e inovação pedagógica é desenvolver um processo de investigação-ação, através de um projeto de pesquisa onde o objetivo é encontrar soluções para o problema identificado. Esta investigação-ação vai ao encontro de um problema detetado pelo núcleo de estágio dentro do estabelecimento ou da comunidade escolar, questão tanto a nível de qualidade ou até mesmo da sua compreensão.

A nossa problemática surgiu a partir da reunião formal com o Departamento de Educação Física no início do ano-letivo e em conversa com os professores foi identificada a falta de comunicação entre o Diretor da escola e o Departamento de Educação Física acerca das alterações dos critérios de avaliação.

A questão pertinente é “De que forma a comunicação entre órgãos administrativos de gestão e o Departamento de Educação Física ou a falta dele, condicionam o funcionamento e as questões de avaliação da disciplina?”.

O questionário aplicado aos professores encontra-se válido para o objetivo, identifica detalhadamente a perceção dos professores face à relação de comunicação do Diretor com a comunidade educativa. Este questionário conta com doze perguntas de resposta de escala e duas de caracterização demográfica. Relativamente às entrevistas, a entrevista ao Diretor, composta por quatro perguntas de resposta aberta, teve o intuito de esclarecer os procedimentos e motivos da elaboração da proposta de alteração criterial da avaliação.

A entrevista à Coordenadora do Departamento contempla três perguntas de resposta aberta com o objetivo de saber a sua opinião sobre a dupla valorização da componente das atitudes e valores e ainda compreender a comunicação entre ambos sobre a alteração criterial.

A aplicação dos instrumentos desenvolvidos para a recolha de dados relevantes à investigação, nomeadamente o questionário “High School Principal’s Communication Survey”, teve a sua distribuição via *e-mail*, através da adaptação do mesmo para formulário google.

Os dados resultantes da aplicação deste instrumento foram posteriormente analisados quanto à sua frequência de resposta, bem como a análise global das respostas caracterizando a ação comunicativa do Diretor com a comunidade educativa. A entrevista tem uma estrutura semiestruturada, com um guião de entrevista flexível com a função de fio condutor.

Os instrumentos utilizados para a recolha dos dados com o objetivo de medir a eficiência da comunicação entre os diretores das escolas e os professores, foi o

questionário 2 “High School Principal’s Communication Survey”. O questionário é composto por 16 itens, numa escala tipo Likert (de 1 a 5), com os seguintes níveis: (1 – Discordo totalmente; 2 – Discordo parcialmente; 3 - Não concordo nem discordo; 4 – Concordo parcialmente; 5 – Concordo totalmente), segundo o autor Halawah (2005). A entrevista realizada ao Diretor do Agrupamento foi baseada na necessidade de respostas inerentes à problemática.

Esta investigação teve, contudo, várias limitações metodológicas ao nível de recursos temporais associados aos *timings* inerentes ao estágio pedagógico onde se encontra inserido, limitando o desenvolvimento da investigação a apenas alguns meses de recolha e análise, e ainda limitado à adesão de resposta ao questionário, não permitindo uma amostra tão substantiva como desejada, associada ao tempo curto de recolha de dados. Futuramente, sugerimos uma recolha mais antecipada, com vários momentos de insistência, e possivelmente recolhida de professores de todo o agrupamento e não apenas da escola secundária, para que seja possível realizar também comparações entre escolas do agrupamento.

O projeto de investigação reúne dados substantivos sobre a comunicação do Diretor com os professores que pode ser utilizado em prol da colmatação de lacunas existentes nas evidências reveladas pelo questionário aplicado.

Algumas sugestões são: a elaboração de propostas de alterações curriculares e a integração dos professores coordenadores das disciplinas nas comissões criadas para elaborar as propostas de acordo com os departamentos.

Para uma avaliação mais objetiva e centrada nas aprendizagens e competências da disciplina, os critérios de avaliação devem aproximar-se o mais possível das linhas orientadoras do Programa Nacional de Educação Física, não segregando a avaliação das atitudes e valores num parâmetro percentual separada, mas sim integrando na avaliação de cada matéria do currículo.

A realização desta investigação e a sua apresentação originou uma discussão entre professores do departamento de Educação Física e outros professores de departamentos diferentes. Possibilitou demonstrações de várias perspetivas, sobre a importância de esta fazer parte das disciplinas gerais do currículo, de forma a estar inserida em todos os anos letivos.

A opinião de alguns professores de outras disciplinas relativamente ao aumento da percentagem das atitudes e valores é positiva, tendo como opinião que esse componente deve ser mais valorizado de forma a beneficiar os alunos com mais dificuldades nas matérias. Posto isto, as restantes disciplinas também deveriam seguir a mesma lógica,

porque também existem alunos com dificuldades a Matemática ou a Português, mas não é por isso que a componente das atitudes e valores é aumentada.

A Educação Física ensina ferramentas para que no futuro mantenham a prática de atividade física ao longo da vida. Como tal, é uma disciplina tão importante como todas as outras. É tão importante como o Português devido à aprendizagem da escrita e da leitura ou como a Matemática para a realização de cálculos.

O impacto que esta investigação obteve no grupo de Educação Física, foi para alguns, a perceção de como este processo da alteração dos critérios de avaliação se procedeu e, para outros, a reflexão que deverá ser feita no final do ano letivo para que haja uma redução dessa percentagem. Foi sentido por parte do departamento a vontade e necessidade de ser ouvido e dar a sua opinião perante estes aspetos.

Através do conhecimento dos objetivos e finalidades da disciplina, esta será vista de forma mais credível, e até mesmo para a tomada de decisões tais como as que acontecerem relativamente aos critérios de avaliação. Por outro lado, sem se conhecer essas orientações, não se pode tomar decisões. É preciso ter o apoio de quem está diretamente ligado à disciplina, nomeadamente o Coordenador do Departamento. As boas decisões derivam do trabalho em conjunto e dos especialistas na área em específico, tal como foi referido na nossa investigação.

Para a minha formação profissional, esta experiência teve impacto na minha perceção sobre alguns aspetos a serem melhorados numa escola e a possibilidade de pesquisa e de estudo de uma problemática. É importante que haja esta possibilidade nas escolas permitindo que os professores melhorem o meio escolar, ao entrarem em contacto uns com os outros e trocando impressões para terem uma visão sobre a própria escola.

4. Participação na escola

4.1. Desporto Escolar

“Entende-se por desporto escolar (DE) o conjunto das práticas lúdico-desportivas e de formação com objeto desportivo desenvolvidas como complemento curricular e ocupação dos tempos livres, num regime de liberdade de participação e de escolha, integradas no plano de atividade da escola e coordenadas no âmbito do sistema educativo” (Decreto-Lei n.º95/1991).

O DE tem como missão a estimulação da participação em atividade física e formação desportiva promovendo assim o sucesso dos alunos, com os objetivos de levarem estilos de vida saudáveis e terem valores e princípios que estão inerentes a uma cidadania ativa onde todos os alunos do sistema educativo têm acesso a uma prática de atividade física e desportiva regular (DE, Direção Geral de Educação). O desporto escolar surge como uma atividade de complemento curricular, voluntária, que deve dar resposta às motivações e necessidades dos alunos, facilitando e estimulando o seu acesso às diferentes práticas desportivas que, provavelmente, não teriam fora da escola.

A Escola Secundária de Mem-Martins oferece como práticas: o Badminton; Voleibol feminino e masculino; Futsal; Rugby. Os treinos realizam-se durante o horário de hora do almoço entre as 13h30 até às 15h30, tendo cada modalidade um espaço estipulado para a sua efetuação.

A meu ver, a escola tem espaços suficientes para incluir mais grupos/equipas com mais escalões e para ambos os géneros, tal como acontece no voleibol e no rugby. Por exemplo, no início do ano houve alunas a demonstrarem interesse pelo futsal feminino. Através da abertura de mais núcleos existiria também uma maior aderência de alunos.

Na Escola Básica 2,3 Maria Alberta Menéres, o basquetebol é bastante forte, onde existe um clube desportivo chamado na GDEMAM – Grupo Desportivo da Escola Maria Alberta Menéres. Através do grupo/equipa do DE é feito o recrutamento de alunos para o clube. Este tem todos os escalões etários Masculinos e Femininos, desde os minis até aos seniores, no entanto, o trabalho conjunto entre clube e desporto escolar só ocorre para os alunos do 2º e 3º ciclo, devido a não existir núcleo de desporto escolar de basquetebol. Com a existência de um núcleo na escola secundária, os alunos atletas teriam mais um momento de treino, tal como os do 2º e 3º ciclo.

4.1.1. Grupo/equipa Futsal Masculino Juvenis

Integrei o núcleo do desporto escolar de Futsal Masculino Juvenis em regime de coadjuvância. Esta modalidade não representa a minha área de conforto, mas, no entanto,

como é um desporto coletivo e o meu forte é o basquetebol, achei que seria semelhante devido a ser também um desporto coletivo e dentro das opções existentes foi a minha escolha. Inicialmente, senti algumas dificuldades no planeamento e na realização de um plano de aula, na instrução e no feedback mais adequado.

Integrando o projeto do desporto escolar, que fora elaborado por mim, um plano de equipa onde consta a caracterização do núcleo, os objetivos gerais, específicos e pessoais de formação, a escolha do núcleo de desporto escolar, a calendarização dos torneios, quadro competitivo, o planeamento – trabalho técnico, físico, psicológico e social, a periodização do planeamento, a estruturação das sessões de treino e a avaliação do projeto.

Neste ano letivo os horários das aulas foram alterados para 50 minutos, o que implicou a existência de mais intervalos de 10 minutos. Esta alteração provocou não o aumento da carga horária, mas sim um prolongamento das aulas ao longo da semana. Visto que o número existente de alunos na escola é de 1238, a participação de 50 a 80 nos treinos do desporto escolar nas várias modalidades, demonstra uma baixa adesão de participantes.

Os alunos existentes na equipa do futsal da escola em anos anteriores, eram alunos dos cursos profissionais, mas após a modificação dos horários, estes alunos ficaram mais sobrecarregados. Não tendo compatibilidade com os horários estabelecidos para o desporto escolar, os horários dos desportos escolares foram mudados de forma a termos mais alunos. Ainda assim, não conseguimos ter alunos suficientes para treinar de forma eficiente e realizar jogo de 5x5. Por vezes, tínhamos alunos que apenas realizavam um treino por semana e ainda assim, o número de jogadores não era suficiente. Devido aos jogos serem durante o fim de semana, todos os alunos estavam disponíveis, sendo esse o único momento de jogo com todos, algo que não foi eficiente notando-se nos resultados. Não treinavam juntos e mesmo que cada um jogasse em clubes fora, não era suficiente. Eram precisos treinos em conjunto para se conhecerem e serem criadas rotinas e táticas conjuntas.

Os objetivos gerais e específicos, bem como o planeamento e a estruturação das sessões de treino foram definidos em conjunto com o docente responsável. Para os objetivos gerais, foram definidos a organização ofensiva, organização defensiva e transição (defesa-ataque/ ataque/defesa) e para os objetivos específicos, a organização ofensiva, a progressão, a cobertura ofensiva, a mobilidade e espaço, a organização defensiva, a contenção, a cobertura defensiva, o equilíbrio e a concentração e na transição (defesa-

ataque/ ataque/defesa) defesa-ataque, a recuperação, a rapidez na saída da bola e a variação do centro de jogo.

A avaliação dos alunos foi realizada ao longo dos primeiros treinos, tendo a ajuda do professor na realização da avaliação qualitativa.

Os treinos foram planeados e discutidos em conjunto com o professor, dando-me a possibilidade de planejar alguns treinos sozinha e depois aplicá-los com feedback posterior dado por ele. No entanto, sei que iria aprender muito mais com o mesmo se os treinos fossem constantes a nível de número de atletas, dando para realizar um planeamento de forma contínua e com progressão.

Particpei em dois torneios. O primeiro foi realizado na nossa escola e o segundo na Escola Secundária de Leal da Câmara, tendo ficado responsável pela organização e distribuição dos equipamentos, a garantia da presença e das autorizações dos alunos e ainda durante os jogos a realização da ficha de jogos, responsável pelos alunos que estavam a arbitrar, cronometragem e mesa.

Perante a limitação apresentada inicialmente, torna-se necessário os professores agirem para conseguirem ultrapassar o baixo número de alunos existentes nos treinos. Como tal, primeiramente os horários necessitariam de ser organizados para que existisse um horário definido para o Desporto Escolar, onde todos os alunos pudessem praticar, sem que houvesse aulas ao mesmo tempo. Deveriam ser definidas atividades mencionadas no plano de atividades do departamento, tal como o Intercâmbio Desportivo e Cultural em junção com a Escola Secundária Poeta Al Berto – Sines. Este projeto Desportivo e Cultural surge na sequência de projetos anteriores (1993 /... /2011) levados a cabo com diversas Escolas (S. Lagos, S. Castelo de Paiva, S. Viseu, S. Esgueira, Stº André, Póvoa de Varzim, Trancoso, Portalegre, Castelo Branco, Penafiel, Albufeira e Sines).

A existência apenas do escalão de Juvenil limita logo a participação de alunos mais velhos que queiram continuar a prática. Estes até podem treinar, mas não havendo competição, a motivação não é a mesma, nem têm um objetivo competitivo para trabalhar. Por último, seria necessário a realização de um dia aberto do Desporto Escolar, com a apresentação das várias modalidades existentes, dando a oportunidade aos alunos de as experimentar. Após a perceção desta limitação, deveríamos ter realizado uma atividade destas durante ainda o primeiro e o segundo períodos, para que a adesão pudesse ser maior.

4.2. Atividades realizadas com o departamento de educação física

Em conjunto com o departamento realizámos atividades e projetos de complemento curricular episódico, que visavam ampliar a formação a desenvolver no âmbito do projeto curricular da disciplina de EF. As atividades desenvolvidas foram definidas no plano anual do núcleo de Educação Física, sendo elas: o Corta-Mato; o Torneio de Voleibol; o Torneio de Basquetebol 3x3; o Quantum Park; o Intercâmbio Escola Secundária de Mem Martins - Escola Secundária Poeta Al Berto de Sines.

No Corta-Mato, tive tarefas como a preparação dos lanches e a organização da sua entrega a cada participante. Tivemos alguns problemas a nível da participação de alunos no momento da atribuição do escalão devido à falta de comunicação entre os professores. As provas deveriam ter horário definido e os intervalos entre as provas seriam de 30 minutos, dando assim tempo para a realização da prova e preparação para a prova seguinte.

No Torneio de Voleibol, estive responsável por uma das mesas com as folhas de jogo, por colocar os resultados na folha afixada para todos verem e ainda após cada jogo entregar os boletins de jogo no secretariado. O torneio correu bem, mas os alunos que estiveram nas mesas de jogo não foram bem informados de como esta tarefa era realizada, tendo sido nós a realizar a mesma por eles. É preciso haver um controlo maior e dada maior formação aos alunos que ajudam nos torneios, ou ainda arranjar alunos que já tenham realizado esta tarefa para diminuir os erros.

No Torneio de Basquetebol 3x3, devido a ser desta área de modalidade, ajudei em toda a organização do torneio, nomeadamente nas inscrições das equipas, nas folhas de jogo e nas medalhas, juntamente com a professora responsável pelo Desporto Escolar no nosso agrupamento. Durante o torneio, fiz a distribuição dos árbitros por campo e fui o secretariado dos jogos no pavilhão e ainda realizei as justificações de faltas aos alunos que participaram no torneio. A única melhoria que faria era no escalão de juniores femininos, na fase final. Como eram 3 grupos que ficaram apuradas, uma equipa de cada grupo, em vez de realizar jogos entre as três equipas, fez-se um jogo e quem perdesse era logo eliminado. Desta forma conseguia-se, realmente, uma final em vez de fazer o somatório das pontuações de todos os jogos e a partir daí ter uma equipa vencedora.

O Quantum Park é um parque de atividades de aventura, ao qual levamos os alunos da escola. Foi um momento de diversão onde tanto os professores como os alunos puderam experimentar e divertir-se.

O projeto do Intercâmbio Desportivo e Cultural teve como objetivos e potencialidades formativas: Dinamizar a Escola; Promover o Intercâmbio de saberes e

experiências; Despertar o interesse pelos valores tradicionais; Desenvolver o respeito pelas diferenças, quer individuais, quer coletivas, manifestadas pelos povos de regiões diferentes; Promover as relações entre a comunidade escolar e a comunidade envolvente; Promover o contacto entre Escolas e proporcionar o convívio Desportivo e Cultural; Promover a interdisciplinaridade entre os diversos grupos envolvidos nas atividades.

Os objetivos definidos foram cumpridos, os participantes tiveram uma boa relação, tanto os alunos como os professores. Permitimos a existência de uma interação com novas pessoas e em novos locais, levando a conhecer um pouco da cultura das duas cidades e ainda a realização de atividade física. Ao possibilitarem-se estas experiências novas aos alunos, potencializa-se uma maior motivação para a realização de atividade física e ainda, levar à adesão ao desporto escolar no ano seguinte.

Esta atividade foi a que mais gostei de fazer parte em todo o estágio pedagógico. Através desta atividade, aumentei a minha ligação com os alunos, principalmente com outros alunos que nunca tinha tido contacto e ainda com os alunos da outra escola. A troca de experiências e ligação durante aqueles dias com os professores do departamento de Educação física e com os professores da outra escola foi bastante enriquecedor, sabendo o seu percurso as escolas onde já lecionaram aulas e a perceção das diferenças existentes entre escolas. Gostei bastante de conhecer a professora da Escola Secundária Poeta Al Berto de Sines que organizou este evento. Esta tem uma ligação muito boa com os alunos, conjugando em simultâneo o respeito e brincadeira. Achei ainda impressionante o seu empenho na estimulação dos alunos para a realização das atividades.

O que mais me fez crescer com esta experiência, foi o facto de estar responsável pelos alunos do desporto escolar, do qual sou professora e, estarem á minha completa responsabilidade durante os três jogos que realizaram, assegurando todo o comando e responsabilidade pela equipa. Não é a primeira vez que estou responsável por uma equipa e tomo todas as decisões em situações de jogos, mas por vezes senti algumas dificuldades por não ser a minha modalidade forte.

Gostava de ter sido mais participativa nas questões organizacionais antecedentes à atividade e não apenas na entrega de autorizações e recolha de dinheiro dos meus alunos do desporto escolar e durante o próprio intercâmbio, tanto na nossa escola como em Sines. Teria sido ainda mais enriquecedor, se tivesse feito parte dos aspetos burocráticos de forma a perceber como se faz essa parte.

Após a realização desta atividade, a adesão dos alunos para o próximo ano será maior, estando motivados ao longo do ano para que a atividade volte a concretizar-se.

Esta atividade foi possível devido ao trabalho colaborativo existente entre os professores do departamento e só assim as coisas são possíveis de se realizar. É necessário repartir as tarefas, ter várias reuniões e cada um realizar as suas tarefas.

É necessário saber trabalhar em equipa e ter uma equipa motivada e inovadora para que todas estas atividades sejam realizadas. Para a realização de todas as tarefas é necessário que haja uma união, trabalho de equipa e sentido de responsabilidade. Só assim é que será possível toda a organização e realização de atividades ao longo do ano. Para Nóvoa (2009), o trabalho em equipa remete-nos para a definição do “bom professor”. Segundo o autor, “os novos modos de profissionalidade docente implicam um reforço das dimensões coletivas e colaborativas, do trabalho em equipa, da intervenção conjunta nos projetos da escola.” (p.12). Esse trabalho colaborativo ao longo do ano foi sendo demonstrado cada vez mais.

Foi essencial a participação neste trabalho colaborativo para poder compreender como deve trabalhar um departamento. Fui bastante integrada no grupo e colocaram-me sempre à vontade para ajudar no que quisesse. Adquiri ferramentas a utilizar para o futuro na realização de atividades, tanto administrativas, como organizativas e ainda a realização de atividades inovadoras para motivar os alunos.

O meu contributo foi mais sentido do Torneio de Basquetebol 3x3, nomeadamente, na indicação das regras aos árbitros e em toda a organização antes e durante a atividade, devido a já ter participado em torneios como este e ter estado também na organização dos mesmos.

4.3. Dinamizações núcleo de estágio

Para as atividades realizadas pelo núcleo de estágio com o objetivo de dinamizar atividades na escola para a comunidade escolar, no âmbito das atividades inseridas no plano do núcleo de Educação Física, o núcleo realizou três iniciativas: uma ação de sensibilização e promoção da participação no desporto escolar através de folhetos distribuídos pelos espaços da escola; a realização de uma formação de Tag Rugby juntamente com a Federação de Rugby; e uma Maratona de Fitness.

Os folhetos para a sensibilização e promoção ao desporto escolar, não obteve a aderência que pretendíamos com a distribuição dos mesmos. Seria necessária uma distribuição mais ativa, entregue nas aulas de educação física pelos próprios professores.

A formação de Tag Rugby foi sugerida pela Coordenadora do Departamento no início do ano, para a qual nos disponibilizámos para ficarmos responsáveis pela sua realização. Esta atividade teve como objetivo promover a modalidade na escola. O núcleo

primeiro teve de entrar em contacto com a federação e coordenar as disponibilidades entre os formadores da federação com os professores da escola, turmas e espaços. Perante o dia estabelecido, foram realizados cartazes de divulgação.

A atividade atingiu os objetivos esperados, tendo resultado num momento de partilha de conhecimentos, diversão e também experienciar novas atividades.

Para mim, esta atividade foi bastante enriquecedora, devido a não ter um grande domínio sobre a mesma, e principalmente, por não ter escolhido esta modalidade como matéria alternativa. Através desta atividade tive um maior contacto e aprendizagem sobre a mesma, tendo experimentado a sua prática e percebido as suas regras e aplicação nas aulas. Sendo o Tag Rugby um jogo de iniciação ao Rugby, estando presentes as ações fundamentais do Rugby, mas por razões de segurança e para que haja uma progressão na aprendizagem a placagem é substituído pelo “Tag”, retirar a fita ao portador da bola (Garcia & Moura, 2011).

A Maratona de Fitness teve como intuito aproximar a comunidade escolar às práticas populares do fitness e promover a atividade física nos jovens. A população alvo era sobretudo os alunos, mas todas as pessoas pertencentes à comunidade escolar poderiam aderir.

Previamente, organizámos tudo o que era necessário para o sucesso da atividade. Inicialmente, pedimos ajuda à Junta de Freguesia de Rio de Mouro e de Mem Martins para a disponibilização do sistema de som e do palco. Tivemos algumas dificuldades para conseguir arranjar o material, pois só após o envio de vários e-mails e contatos telefónicos, conseguimos que a Junta de Freguesia de Rio de Mouro disponibilizasse o palco. O sistema de som teve de ser solicitado à nossa faculdade.

Após o pedido de apoio para o material, entrámos em contacto com alguns professores de aulas de grupo que são alunos na Faculdade de Motricidade Humana, para lecionar as várias aulas que tínhamos planeado. Foram efetuados cartazes de divulgação do evento e colocados em vários locais da escola, nomeadamente na sala dos professores, na sala de convívio dos alunos e nos locais desportivos de EF. Foi também solicitado aos professores, que iriam lecionar aulas durante essa manhã, que trouxessem as suas turmas para participar. Todos os professores do departamento aderiram, ajudaram-nos no processo de solicitar o material à junta de freguesia e garantiram a presença dos alunos durante as aulas.

A maratona decorreu durante o horário de aulas, tendo havido quatro aulas diferentes a cada 50 minutos.

O objetivo definido foi alcançado, tendo sido realizada uma atividade da nossa total responsabilidade, onde passámos por todos os passos necessários para a realização desta tarefa. Conseguimos também trazer aulas variadas e mostrar um pouco do mundo do fitness, dando-lhes a conhecer novas atividades e experiências, para além das atividades desportivas individuais ou coletivas que estão habituados a realizar nas aulas de Educação Física ou nos clubes desportivos.

O fitness é uma área em grande crescimento e cada vez mais temos jovens a aderir a este tipo de atividades, sendo importante a sua divulgação pelas escolas para que os alunos possam realizar também outro tipo de atividade física.

A atividade foi bastante enriquecedora para a minha aprendizagem. Permitiu uma perceção dos procedimentos necessários para a realização deste tipo de atividades nas escolas, uma forma para mobilizar a escola, passar por uma experiência com os vários alunos da escola, funcionários e até mesmo com os alunos da minha turma.

5. Relação com a comunidade

5.1. Estudo de turma

A turma de 10º ano de Economia foi constituída por trinta alunos, 14 do género feminino e 16 do género masculino, gerando um equilíbrio quanto a esse aspeto. As idades estão compreendidas entre os 15 e os 18 anos, tendo a maioria 15 anos.

Duas alunas eram de nacionalidade angolana, tendo iniciado naquele ano a escolaridade em Portugal. As alunas apresentaram dificuldades de escrita e de capacidade motora, tendo sido acompanhadas de forma mais individual.

Da turma, apenas três dos trinta alunos terminaram o 3º ciclo na Escola Secundária de Mem Martins, os restantes derivaram de várias escolas, existindo cinco alunos repetentes na turma.

Foi integrado na Educação Especial, ao abrigo do Decreto-Lei nº3/2008, de 7 de janeiro, o aluno número sete, por problemática de Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção, com as medidas educativas de apoio pedagógico personalizado e adaptações no processo de avaliação. Foram inventariadas as medidas educativas antes preconizadas de a) Apoio pedagógico personalizado, d) Adequações no processo de avaliação e identificou-se a atual necessidade de medidas de suporte à aprendizagem e à inclusão do mesmo.

O aluno é repetente e fora excluído, no passado ano letivo, por ter ultrapassado o limite de faltas permitido, o que comprometeu o sucesso destas medidas educativas inicialmente previstas. Na sequência do pedido de observação psicológica ao “Centro de Apoio Psicológico e Desenvolvimento Pessoal – Espaço Pessoa”, o aluno deveria retomar as consultas de pedopsiquiatria, mas o mesmo não aconteceu.

Em função das necessidades educativas que o aluno acima mencionado manifesta, revelando o aluno dificuldades, acima de tudo, ao nível da pontualidade e da assiduidade, o conselho de turma, com base no novo diploma o decreto-Lei nº 54/2018 de 6 de julho – Educação inclusiva, propôs que integrasse as medidas Universais de suporte à aprendizagem e à inclusão nomeadamente a b) Acomodações curriculares. Ao nível da avaliação interna, propus a diversificação dos instrumentos de recolha de informação. Ao nível da avaliação externa, não propus qualquer adaptação.

O conselho de turma considerou que a medida proposta era a adequada, apesar de ter sido ineficaz, uma vez que o aluno apresentou uma assiduidade muito irregular, sendo que o absentismo escolar no 2º período foi praticamente total, o que levou a que o aluno ficasse agora retido. A falta de assiduidade foi reportada pelo Diretor de Turma à Encarregada de Educação e à CPCJ.

Para completar a caracterização da turma, é de todo interessante fazer uma análise do nível de escolaridade dos pais e Encarregados de Educação dos alunos.

Segundo o Gráfico 7 a maioria das mães e Encarregados de Educação têm o Ensino Superior, sendo as mães as Encarregadas de Educação de grande parte dos alunos. Relativamente aos pais, a maioria tem o 3º Ciclo ou o Ensino Superior. Face ao elevado nível de ensino dos pais, estes alunos apresentam um maior acompanhamento e incentivo para a escola. Podemos ainda referir que apenas 4 alunos estão inseridos no escalão SASE, o que poderá ser um indicador de que os alunos não devem ter muitas dificuldades financeiras.

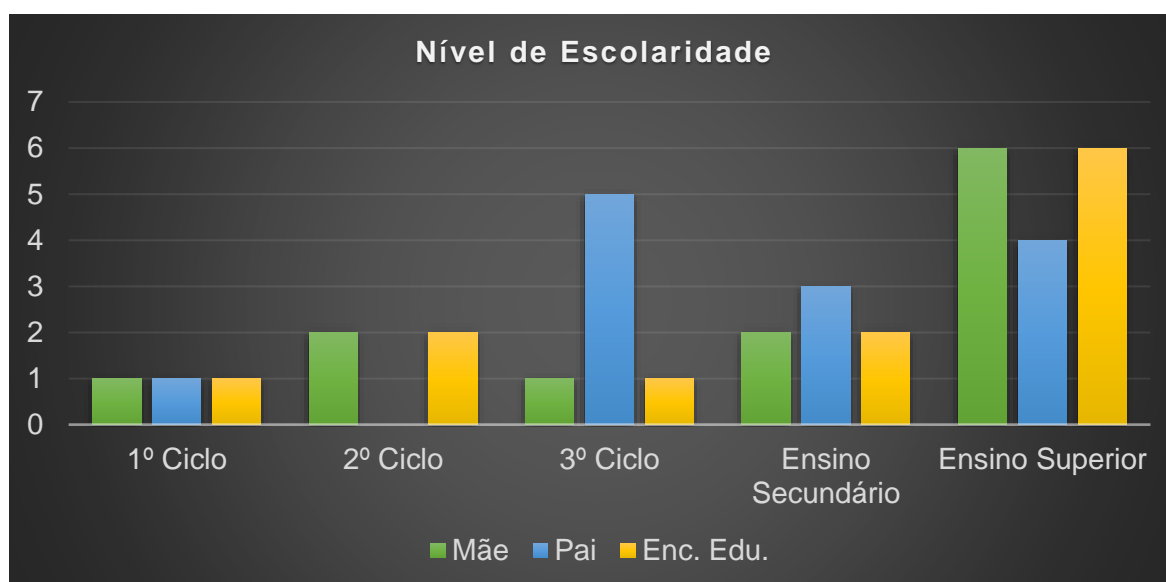


Gráfico 6- Nível de Escolaridade Pais e Enc. Edu.

Foram realizados testes sociométricos com o objetivo de identificar as relações e grupos existentes na turma, permitindo assim identificar quais os mais isolados, mais populares e quais os amigos e aqueles que o não são (Northway & Weld, 1999). O estudo sociométrico contempla três domínios: académico, sócio afetivo e lúdico desportivo, sendo que cada domínio inclui uma pergunta de aceitação e a uma pergunta de rejeição, com um total de seis questões.

Domínio académico: Indica 3 colegas da turma, que escolherias para estudarem contigo; Indica 3 colegas da turma, que não escolherias para estudarem contigo.

Domínio social-afetivo: Indica 3 colegas da turma, que escolherias para irem ao cinema contigo; Indica 3 colegas da turma, que não escolherias para irem ao cinema contigo.

Domínio lúdico-desportivo: Indica 3 colegas da turma, que escolherias para fazerem grupo de EF contigo; Indica 3 colegas da turma, que não escolherias para fazerem grupo de EF contigo.

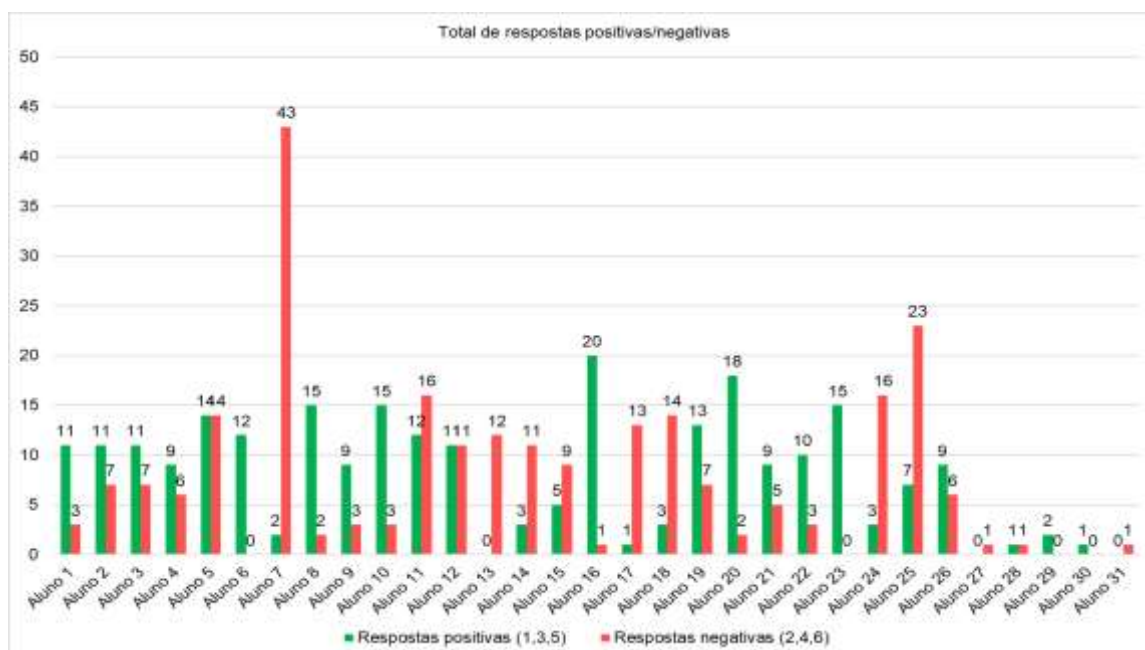


Gráfico 7- Testes sociométricos

Através da análise do gráfico 8, pode-se analisar que os alunos 16 e 20 são considerados os distintos pela turma (com um maior número de respostas positivas). Alunos com maior número de relações afetivas. É também possível observar os alunos com níveis baixos (com um maior número de respostas negativas), como são os alunos 7 e 25. Foram os que demonstraram maiores dificuldades de integração e foram os mais desestabilizadores na turma.

Os resultados foram apresentados na reunião de avaliação final do 1º período. Os docentes não ficaram surpreendidos com os mesmos, pois estes alunos destacaram-se de forma clara. A maioria dos alunos tinha um relacionamento positivo entre eles.

Como professora de EF optei por construir grupos em que os dois alunos mais rejeitados da turma ficassem em grupos distintos e com os alunos escolhidos de forma positiva, o que obteve um resultado positivo.

Para além dos Testes Sociométricos foram ainda realizadas outras perguntas mais relacionadas com a disciplina de Educação Física. Praticamente todos os alunos gostam de praticar atividade física, apenas 6,7% demonstrou que não gostava.

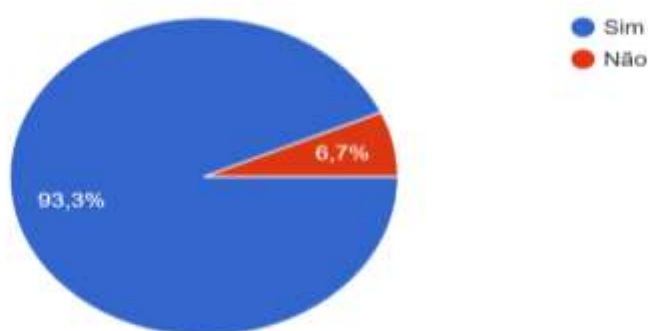


Gráfico 8- Gosto de praticar atividade física

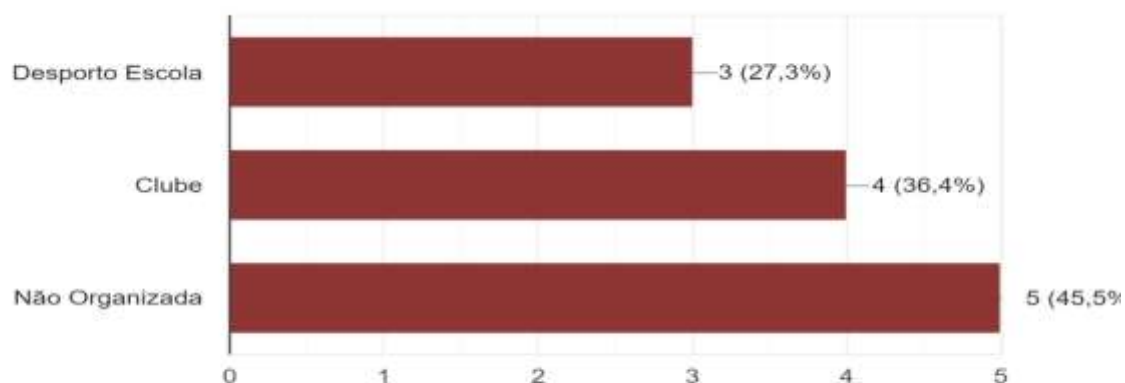


Gráfico 9- Forma de prática

Dos 93,3% que gostam de praticar, mais de 50% pratica de forma regular não organizada, ou seja, não o realizam em clubes nem no desporto escolar, exercem de forma livre. A modalidade mais praticada pela turma é o futebol, verificando-se este facto nas

próprias aulas da disciplina, sendo a matéria onde os alunos têm mais capacidades e demonstram mais motivação, em especial os rapazes.

A turma mostrou-se bastante disponível e motivada nas aulas, indo ao encontro do seu gosto pela prática de atividade física. Por vezes, até apresentaram um excesso de energia, sendo necessário acalmá-los.

Na generalidade, o grupo da turma demonstrava imaturidade. Revelando um comportamento desajustado e inadequado, o horário de entrada na sala de aula por vezes era comprometido e existiam alunos permanentemente distraídos. Estas atitudes e comportamentos prejudicaram as aprendizagens e provocaram grande desgaste no corpo docente, que necessitou de muita energia e paciência para conseguir lecionar as aulas de forma adequada e produtiva. Quanto às potencialidades da turma, existia um núcleo que influenciava a turma de forma positiva, elevando o seu nível. Ao longo do ano letivo, o comportamento da turma foi melhorado, verificando-se também uma ligeira melhoria nos resultados escolares, mas demonstrando, ainda, pouco estudo.

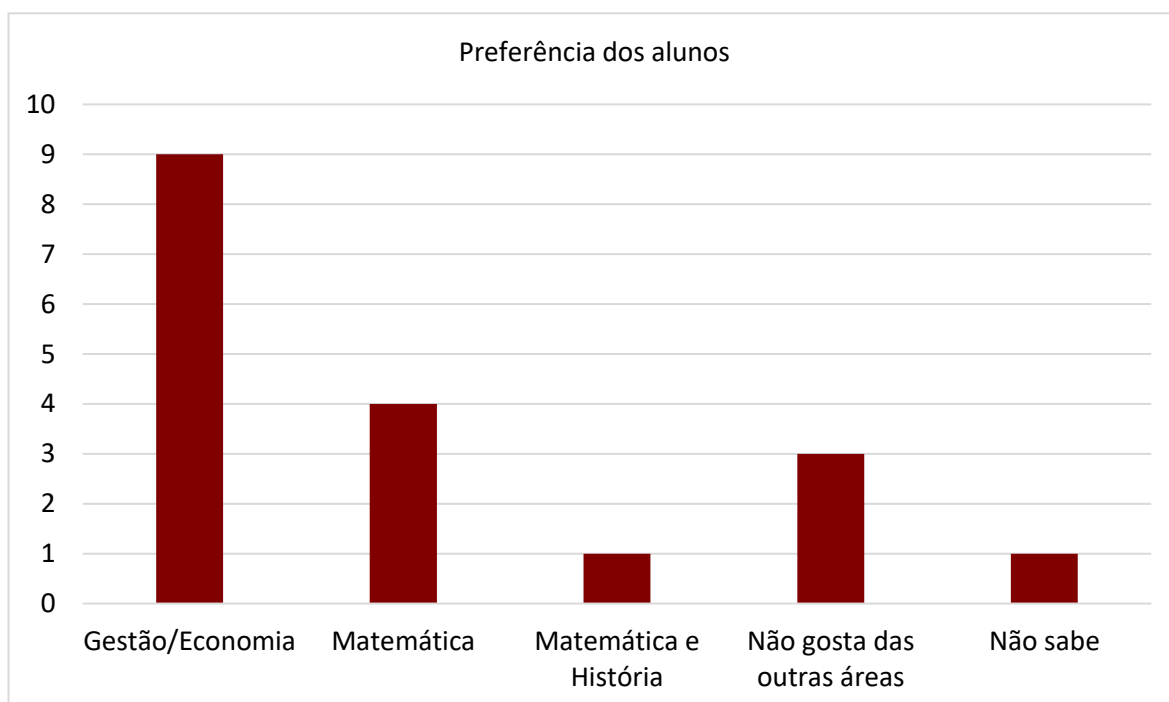


Gráfico 10- Escolha da área de Economia

Relativamente à área escolhida pelos alunos, a Economia, foi feito um questionário com a seguinte pergunta “O que te levou a escolher a área de Economia?”. A escolha deve-se essencialmente, segundo o gráfico 11, no gosto pela disciplina de Gestão, Economia e Matemática e pelo funcionamento de uma empresa a nível financeiro.

Esta análise é importante para o professor, pois permite conhecer os alunos e tomar decisões adequadas nas várias situações que possam surgir ao longo do ano, como por exemplo a visita de estudo à empresa Decathlon Lisboa, que resultou na realização de atividades que conjugaram a área do desporto e a área de estudo deles (Gestão e Economia).

5.2. Acompanhamento da direção de turma

A atividade de acompanhamento ao Diretor de turma inclui a função administrativa, a relação com o conselho de turma, com os alunos e com os Encarregados de Educação (E.E), com uma intervenção ativa nas atividades inerentes à direção de turma e ao conselho de turma (Guia de estágio pedagógico, 2018/19).

O meu objetivo para esta área foi compreender as responsabilidades e o funcionamento do diretor de turma, nomeadamente: o registo de faltas; as reuniões com os Encarregados de Educação; a atribuição de níveis de avaliação; a elaboração das atas das reuniões; ajudar os alunos perante as suas dificuldades e divergências tanto na vida escolar como fora da escola e em tudo o que for necessário e importante para o meu crescimento e aprendizagem e dos meus alunos também.

Realizei tarefas tais como secretariar o Diretor de Turma, marcação de faltas, troca de dúvidas acerca de alguns alunos e cruzamento de determinadas situações sobre eles, elaboração de atas, participação nas reuniões, desenvolvimento da convocatória das reuniões, ordem de trabalhos a serem realizados, desenvolvimento do plano de turma e do programa de apoio à promoção e educação para a saúde (PES). Apenas o atendimento aos Encarregados de Educação não foi realizado por mim, mas acompanhei as reuniões realizadas no final de cada período. As tarefas foram realizadas em coajduvância com o de Diretor de Turma, algumas realizei de forma autónoma, mas outras em conjunto. Todas as atas e construções de reuniões foram realizadas por mim.

Para o PES foi realizado uma formação da minha responsabilidade, em conjunto com o meu orientador da escola, sobre os Fatores de Saúde e Risco associados ao Suporte Básico de Vida durante o 3º período. A formação permitiu a perceção e realização prática de como agir perante um indivíduo em paragem cardiorrespiratória, dando ferramentas para a existência de um caso real ao qual poderão ter futuramente.

Todas as quintas-feiras foram feitas reuniões com o Diretor de Turma. Foram falados assuntos importantes ou assuntos a resolver da turma, de modo a que eu percebesse como são feitos os procedimentos. Tal como acontecera numa das primeiras reuniões, em que aprendi como efetuar o registo das faltas dos alunos, enviar

correspondências aos Encarregados de Educação em casos especiais e dar feedback sobre o comportamento da turma. No primeiro período, tive a oportunidade de assistir a uma reunião com os Encarregados de Educação, sendo bastante importante que estes percebam e estejam envolvidos em todo o processo escolar dos seus educandos, facilitando assim a comunicação entre professores e os Encarregados de Educação para algum possível problema e para a sua resolução imediata.

Boavista & Sousa (2013) define o Diretor de Turma como uma figura de gestão intermédia da escola, tendo como responsabilidades a coordenação dos professores da turma, promover o desenvolvimento social e pessoal dos alunos e na sua integração ao ambiente escolar e, ainda estabelecer o relacionamento entre a escola, encarregados de educação e a comunidade escolar. Como requisitos para a realização desta tarefa o diretor tem de ter a capacidade de criar e desenvolver condições para a inclusão dos alunos na vida escolar, garantir meios aos professores da turma, documentos de trabalho e fornecer orientações essenciais para a realização das atividades. Nomeadamente na participação de todos os professores na planificação das tarefas a desenvolver, nas ações disciplinares e de informação e esclarecimento de alunos, pais e Encarregados de Educação (Portaria nº 970/80, de 12 de novembro).

Verificou-se que o Diretor de Turma tinha uma boa relação com os alunos, com os Encarregados de Educação e com os docentes do conselho de turma. Arranjando sempre estratégias para melhorar o comportamento da turma e as classificações, visto ser uma turma bastante agitada e com alguns alunos com bastantes dificuldades nas disciplinas. As estratégias de resolução dos problemas identificados e promotores da aprendizagem foram a terceira hora de direção de turma, os apoios e o contacto constante com os E.E. Todas as informações e questões acerca de faltas são transmitidas aos E.E, havendo uma troca de informação positiva. O mesmo vai ao encontro das funções desenvolvidas por um Diretor de Turma, atuando tanto a nível dos alunos e seus E.E, como a nível de todos os docentes do conselho de turma.

Nos domínios de autonomia curricular/articular horizontal do currículo, foi proposto, por mim, uma visita de estudo à empresa Decathlon Lisboa como observação da organização e gestão de uma empresa, para posteriormente realizarem um estudo de caso do estabelecimento de uma nova loja (economia, gestão, organização, estudo de local) e apresentação aos Encarregados de Educação e familiares. As disciplinas curriculares articuladas foram: Educação Física, Economia A, Português e História B.

A visita de estudo teve como propósito a perceção de todo o processo de gestão económica e humana de uma loja, bem como as características do local e da população

envolvente. Para além da visita à loja, os alunos realizaram também atividades desportivas no Parque Eduardo VII com produtos da marca Decathlon, permitindo, assim, a relação entre as áreas de gestão, economia e educação física.

Para a realização desta visita de estudo tivemos de efetuar um documento demonstrativo da atividade, tendo o mesmo sido aceite pelo Diretor da Escola e distribuído aos alunos para ser entregue aos pais para obtenção, ou não, de autorização. Realizámos, também, uma lista para cada turma com o nome dos alunos que iriam participar, a qual foi entregue no SASE, para que a escola tivesse conhecimento dos alunos que se iriam ausentar do recinto escolar e ainda os que poderiam ter apoio financeiro nas despesas suportadas.

Esta atividade permitiu a realização de uma atividade de competição e lazer ao ar livre. Para além da atividade, a visita de estudo possibilitou também para alguns alunos a experiência de andar de metro, tendo alguns alunos referido que era a primeira vez que estavam a passar por essa experiência.

Após a visita de estudo foi proposto aos alunos a realização de cartazes, tendo por base: a distribuição geográfica e fatores de localização das lojas; os benefícios que uma loja Decathlon pode trazer à população; o marketing e promoção de uma loja desse tipo. Depois da apresentação, os cartazes seriam colocados no *sítio* da escola.

Considero que a relação com o Diretor de Turma e com os professores do conselho de turma permitiram uma grande evolução na minha aprendizagem. Relativamente ao contato com os Encarregados de Educação, este foi muito reduzido e futuramente será uma área que terei de trabalhar de modo a conseguir uma maior aproximação.

Reflexão

Terminado o estágio pedagógico é importante refletir sobre o trabalho realizado. Como pessoa fui adquirindo conhecimentos, valores, experiências que me ajudaram a crescer e que são essenciais para o exercício da função de professor.

Ao longo da minha formação académica inicial, Licenciatura em Educação Física e Desporto – Ramo de Exercício e Bem Estar, fui percebendo que esta área não seria a que queria seguir no meu futuro. Ao ter tido, anteriormente, a experiência como treinadora de minibasquetebol no Sport Lisboa e Benfica, verifiquei que a minha vocação é ensinar crianças e jovens, tendo esta opção sido solidificada com a lecionação de Atividades de Enriquecimento Curricular de Atividade Física e Desporto no Agrupamento Fernando Pessoa de Olivais.

O primeiro ano de mestrado permitiu adquirir conhecimentos que ajudaram no desempenho durante o estágio, com por exemplo, a disciplina de avaliação que permitiu clarificar ideias sobre a avaliação no ensino, saber distinguir os vários tipos de avaliação (inicial, formativa e sumativa) e aprender como contruir instrumentos de avaliação.

Durante o ano procurei estabelecer um bom relacionamento com os meus orientadores, colegas de estágio, docentes, funcionários e alunos, o que ajudou a realizar o estágio e a sentir que este me enriqueceu a nível pessoal e profissional.

É importante referir que a exigência, o acompanhamento diário, as ideias, opiniões, críticas e sugestões dos orientadores contribuíram para o meu crescimento como professora.

Sinto que estou mais preparada para enfrentar novos desafios, novas turmas com características diferentes e em contextos diferentes.

Vou continuar a fazer trabalho de pesquisa, manter-me sempre atualizada e continuar a realizar formações, permitindo assim um processo contínuo e sistemático de formação necessário ao desempenho da função.

Gostaria ainda de referir que as crianças e jovens deveriam praticar Educação Física mais regularmente nas escolas, pois para muitos é o único momento de atividade física que têm. Seria importante também preparar melhor as bases de cada matéria ao longo do 1º, 2º e 3º ciclo, como por exemplo o rolamento à frente e o rolamento atrás na ginástica de solo, em que muitos dos alunos chegam ao 10º ano não o sabem executar com sucesso, para que seja possível aprofundar esses conhecimentos no secundário.

Conclusão

As quatro áreas de formação referidas ao longo do presente relatório estão relacionadas. A avaliação inicial efetuada para a área 1 e para o desporto escolar (área 3), teve como base os objetivos definidos pelos Programas Nacionais de Educação Física e pelo protocolo de avaliação inicial do Departamento de Educação Física. O planeamento realizado pelas mesmas foi feito com base na avaliação inicial e no plano anual de atividades do grupo disciplinar de Educação Física para todo o ano letivo.

O desporto escolar ajudou a melhorar os meus conhecimentos da prática do futsal e deu-me a possibilidade de os transpor para as aulas de educação física, tal como na matéria do futebol, nomeadamente, na instrução, no feedback e nos exercícios.

A separação das componentes das atividades físicas e do saber estar e o aumento da percentagem desta última componente implicaram alterações nos critérios de avaliação existentes na área 1, os quais foram aplicados na área de investigação e inovação pedagógica.

Através da direção de turma, é efetuada a caracterização e o acompanhamento dos alunos durante o ano letivo, possibilitando a identificação e resolução de possíveis problemas durante a execução da área 1 e, em caso de necessidade, o reporte mais direto aos Encarregados de Educação.

Na direção de turma e no grupo/equipa do desporto escolar, foi executado o plano de turma através de um documento base, aplicado por todos os diretores de turma da escola.

Foi desenvolvida uma atividade no âmbito da direção de turma e na área 1, através de uma visita de estudo tendo sido efetuados cartazes alusivos ao tema e disponibilizados a toda a comunidade escolar no *site* da escola.

Durante o ano letivo, deparei-me com algumas dificuldades, em especial na condução das aulas, na sua organização, no controlo da turma e no planeamento, as quais foram ultrapassadas com as experiências obtidas ao longo do ano. Apesar de ter ultrapassado as dificuldades e conseguido lecionar as aulas de acordo com o exigido, só através de experiência profissional poderei consolidar as mesmas, tornando-me todos os dias uma melhor professora e contribuir para o sucesso dos alunos.

Foi ainda tido em consideração, as finalidades do Projeto da área Disciplinar de Educação Física (AEMM, 2013), tendo sido efetuadas diversas ações as quais foram referidas ao longo deste relatório, tendo deste modo permitindo o sucesso escolar. A título de exemplo posso salientar as seguintes ações, para a valorização da educação para a cidadania, foi realizada uma formação sobre o Suporte Básico de Vida. Relativamente ao

respeito pelas regras do Regulamento Interno, todos os alunos da turma no início de cada aula recolhiam todos os acessórios não adequados para a prática da aula. Foi valorizado o trabalho, o mérito e a excelência, através da atribuição de prémios na Gala do Desporto Escolar, aos alunos que se destacaram no mesmo ao longo do ano.

Terminada esta etapa, posso afirmar que foi um ano bastante positivo, de grande esforço e dedicação. Tendo sido um ano de aprendizagem, complexidade e de vivências.

A participação na escola deu a oportunidade de conhecer toda a estrutura funcional nas suas diversas valências, permitindo assim o aumento do meu interesse em aprender cada vez mais, estimulando o meu sentido crítico e reflexivo.

Como conclusão, é de referir que o estágio pedagógico, permitiu melhorar todo o processo de planeamento, sendo este fundamental para uma prática pedagógica de qualidade. Foi também importante olhar para as dificuldades sentidas como desafios, potenciando a minha aprendizagem e a dos alunos. Por último, podemos referir que o estágio é o fim de um ciclo de formação e o início de uma carreira profissional, onde o estagiário enriquece tanto o conhecimento prático como o teórico.

Referências Bibliográficas

AEMM. (2013). PADEF - Projeto da Área Disciplinar de Educação Física: documento não publicado. Sintra.

AEMM. (2013- 2017). PEA - Projeto Educativo de Agrupamento: documento não publicado. Sintra.

Araújo, F. (2007). A avaliação e gestão curricular em educação física – um olhar integrado. *Boletim SPEF*, 32, 121 – 133.

Araújo, F. (2015). A Avaliação Formativa e o seu impacto na melhoria da aprendizagem (Doctoral Dissertation, Universidade de Lisboa).

Boavista, C., & Sousa, O. (2013). O diretor de turma: perfil e competências. *Revista Lusófona de Educação*, 23, 77-93.

Carreiro da Costa, F. (1996). Formação de professores: objetivos, conteúdos e estratégias. in F. Carreiro da Costa, L. Carvalho, M. Onofre, J. Diniz & C. Pestana (Eds.) *Formação de professores em Educação Física. Conceções, investigação, prática* (pp.9-36). Cruz Quebrada: Edições FMH.

Carreiro da Costa, F., Quina, J., Diniz, J., & Piéron, M. (1996). Feedback Pedagogique: Analyse de l'informationévoquée par l'elevelors de seances d'educacionphysique. *Revue de l'educationphysique*, 36(2), 75-82.

Carvalho, L. (1994). Avaliação das Aprendizagens em Educação Física. *Boletim SPEF*, nº 10/11 Verão/Outono, 135-151.

Catunda, R. & Marques, A. (2017). *Educação Física Escolar: Referenciais para o ensino de qualidade*. Belo Horizonte: Casa da Educação Física.

Decreto-lei nº 95/91 de 26 de fevereiro. *Diário da República* nº 47/1991 – I Série A. Lisboa: Ministério da Educação.

DGE. Desporto Escolar. (12 de abril de 2019) Disponível em: <https://desportoescolar.dge.mec.pt/>

DGEBS (1992). A Educação Física no 1º Ciclo do Ensino Básico, edições do Desporto Escolar.

Garcia, H., & Moura, J. (2011). Tag Rugby na escola. Dossier do professor. Federação Portuguesa de Rugby.

Griffey, D. C., & Housner, L. D. (1991). Differences between experienced and inexperienced teachers' planning decisions, interactions, student engagement, and instructional climate. *Research Quarterly for Exerciseand Sport*, 62(2), 196 -204.

Halawah, I. (2005). The relationship between effective communication of high school principal and scholl climate. *Education*, 126 (2), 334 - 345.

Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J. & Mira, J. (2001). *Programa de Educação Física 10o, 11o e 12o anos*. Lisboa.

Januário, C. (1996). *Do pensamento do professor à sala de aula*. Coimbra: Almedina.

Martins, J., Gomes, L., Carreiro da Costa, F. (2017). Técnicas de ensino para uma educação física de qualidade. In R. Catunda & A. Marques (orgs.) *Educação física escolar: referenciais para o ensino de qualidade*. Belo Horizonte: Casa da Educação Física. (IN PRESS).

Matos, M. (2010). *Diferenciação curricular: uma abordagem às práticas de intervenção educativa no 2º ciclo do ensino básico* (Tese de doutoramento não publicada). Universidade Técnica de Lisboa, Cruz Quebrada.

Ministério da Educação (2001). *Programa Nacional de Educação Física (reajustamento), Ensino Básico 3o Ciclo*. Lisboa: Ministério da Educação.

Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *Teaching physical education. First online edition*. Retirado de: <http://www.spectrumofteachingstyles.org>

Northway, M., & Weld, L. (1999). *Testes Sociométricos*. Livros Horizonte.

Nóvoa, A. (1992). Para uma análise das instituições escolares. In A. Nóvoa (org.), *As organizações escolares em análise* (pp. 87-108). Lisboa: D. Quixote.

Onofre, M. (1995). Prioridades de formação didáctica em educação física. *Boletim SPEF*, 12, 75-97.

Onofre, M. (1996). A supervisão pedagógica no contexto da formação didáctica em Educação Física. In *Formação de professores de Educação Física. Conceções, investigação, prática*. (pp. 75–118). Lisboa: Edições FMH.

Piéron, M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. Barcelona: INDE Publicaciones.

Quina, J. (2009). A organização do processo de ensino em Educação Física. In *Estudos – Escola Superior de Educação de Bragança*: Edições do Instituto Politécnico de Bragança.

Siedentop, D., & Tannehill, D. (2000). *Developing teaching skills in physical education* (4th ed). Mountainview, CA: Mayfield

Teixeira, M., & Onofre, M. (2009). Dificuldades dos professores estagiários de educação física no ensino. Sua evolução ao longo do processo de estágio pedagógico. In *X Symposium Internacional Sobre el Practicum Y las Prácticas en Empresas en la Formación Universitaria* (pp. 1159 -1170). Vigo y A Corunã: Asociación Iberoamericana de Didáctica Universitaria (AIDU), Universidades de Santiago de Compostela.

Anexos

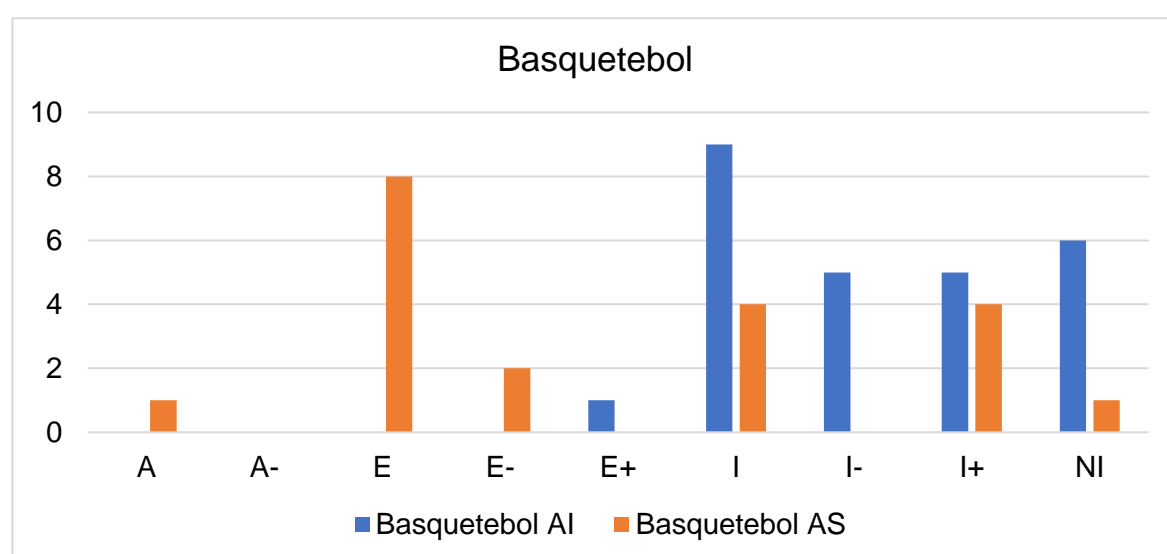
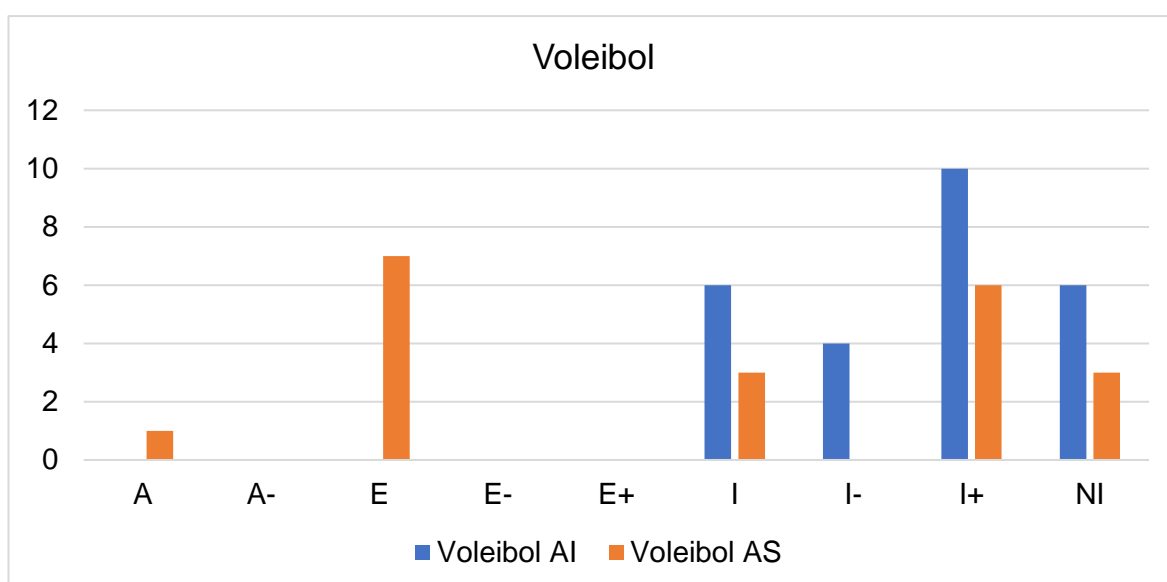
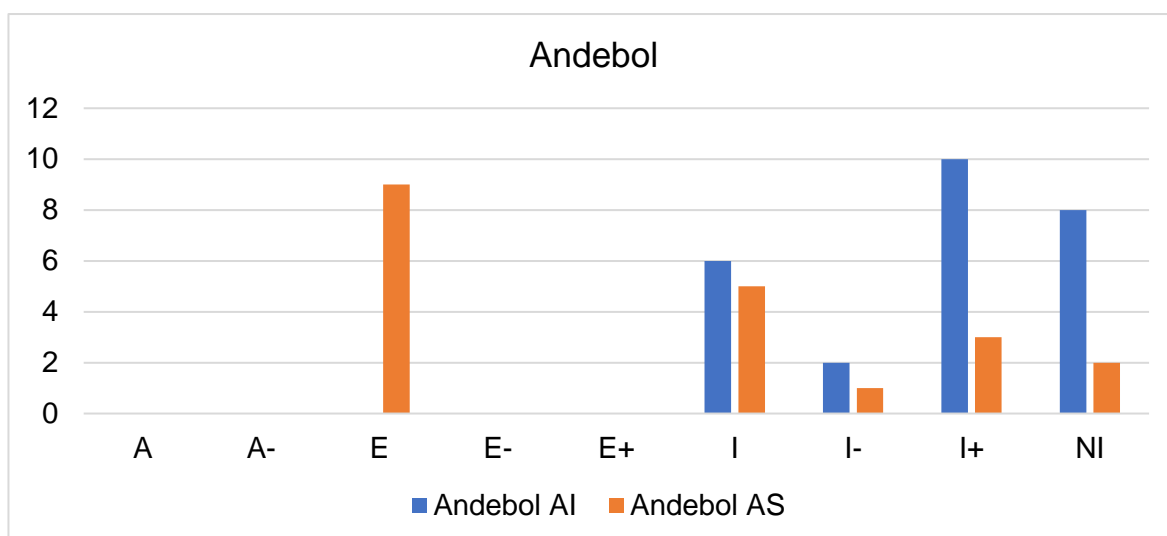
Ficha de observação – ANDEBOL – Níveis dos progr[illegible]

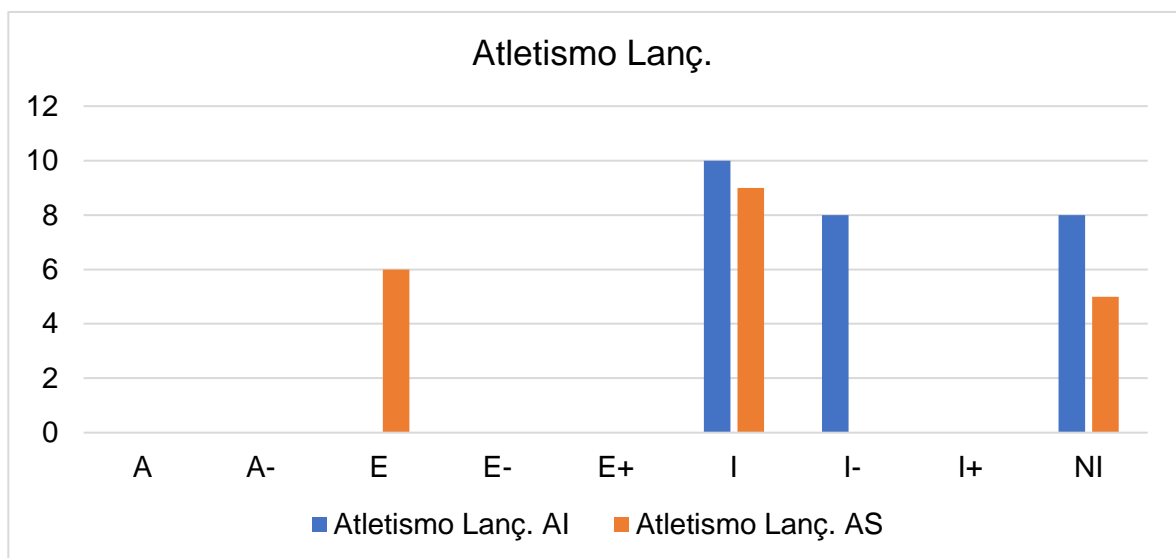
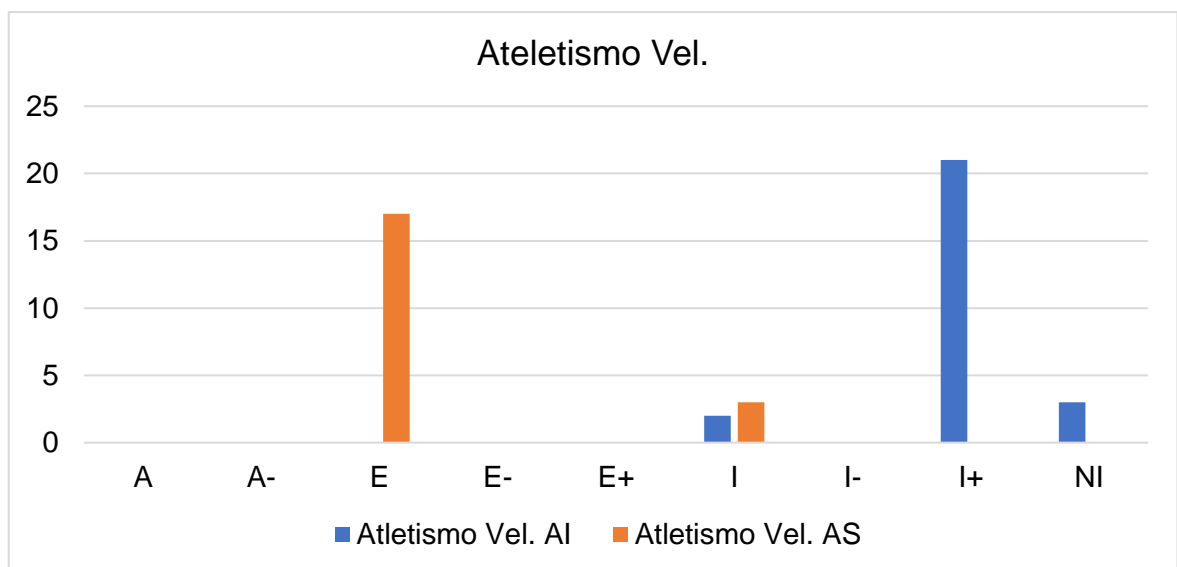
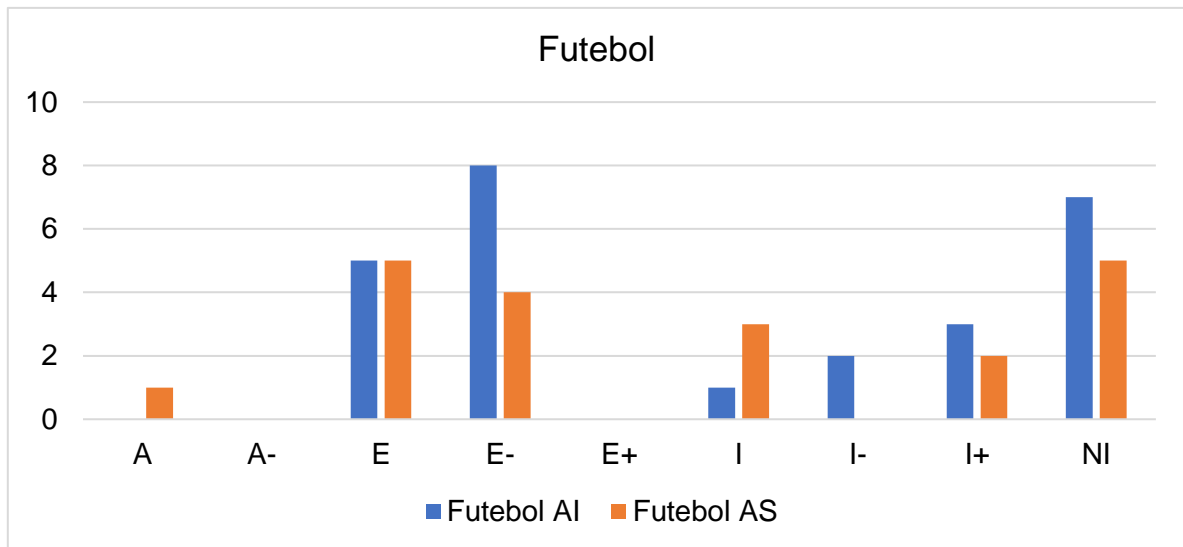
Tabela 2- Ficha de Avaliação Formativa (Anexo 1)

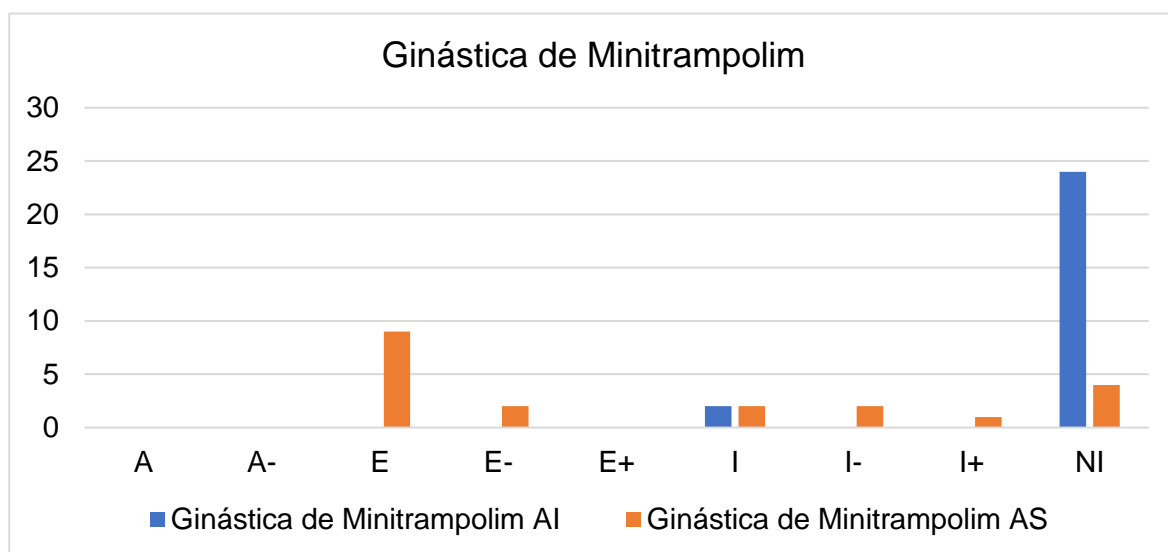
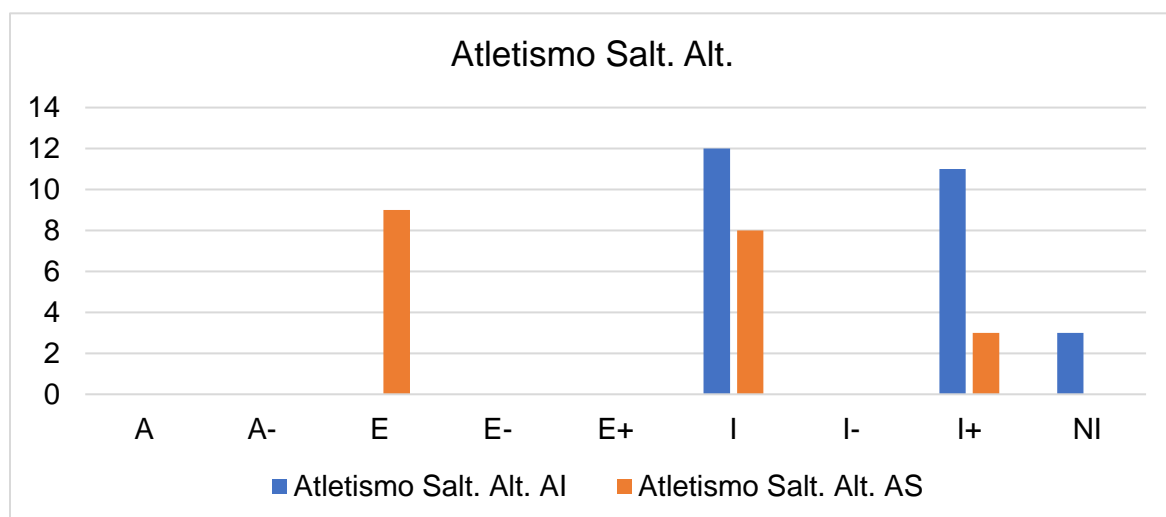
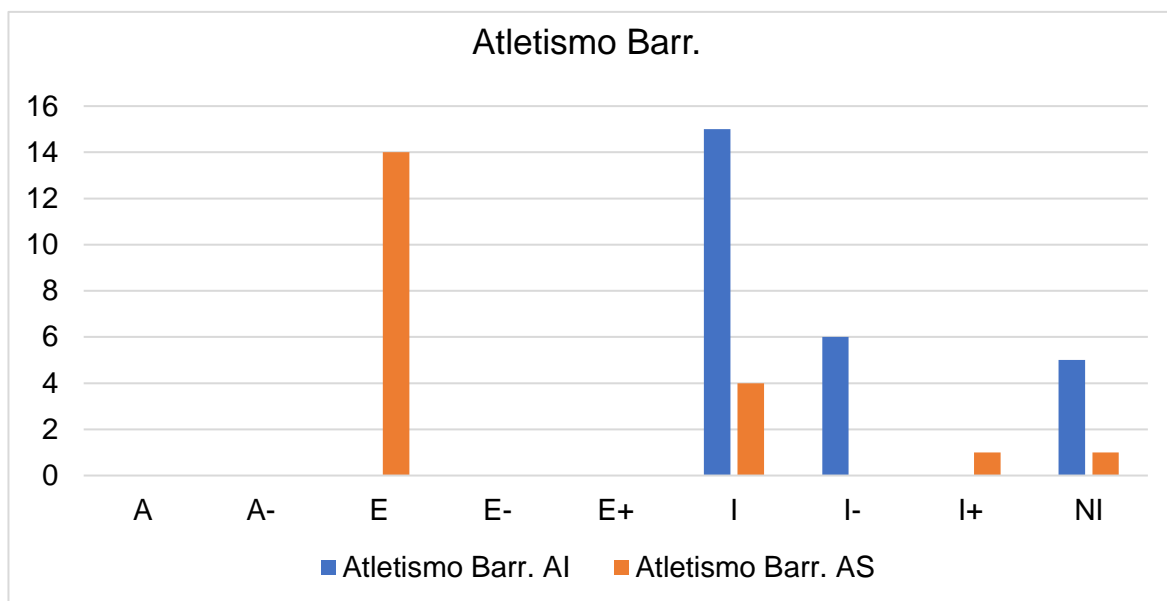
Sistema de observação interpares			
Nome professor: Joana		Dia: 17/01/2019	
Observador: Pedro Henriques		Matéria: Ginástica	
		Local: ginásio	
Apreciação geral			
Selecionar com x	Posicionamento espacial	Conhecimento técnico	Fluidez e dinâmica da aula
+			x
+/-	x	X	
-			

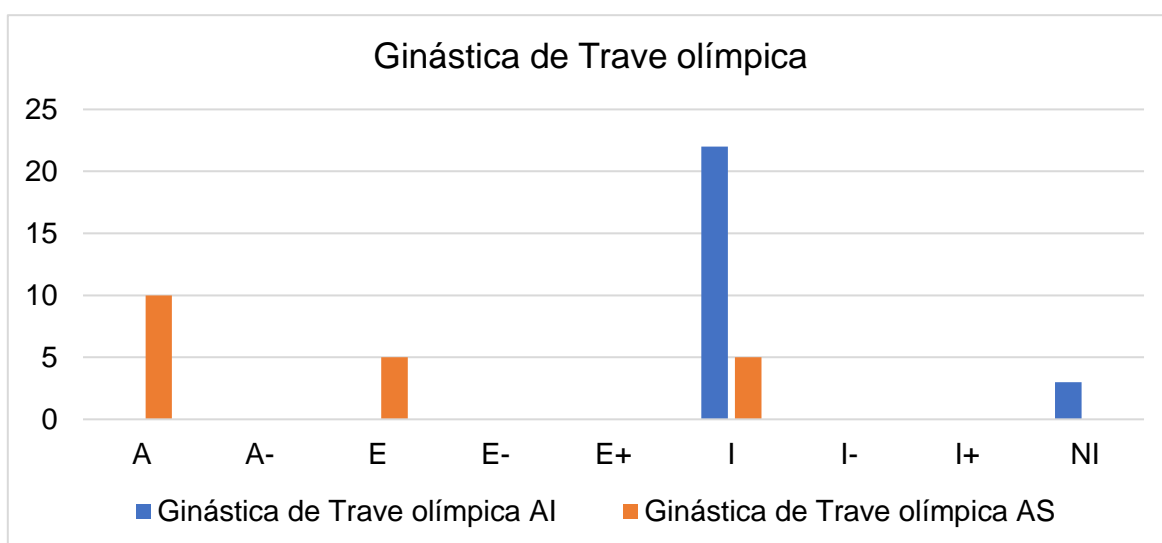
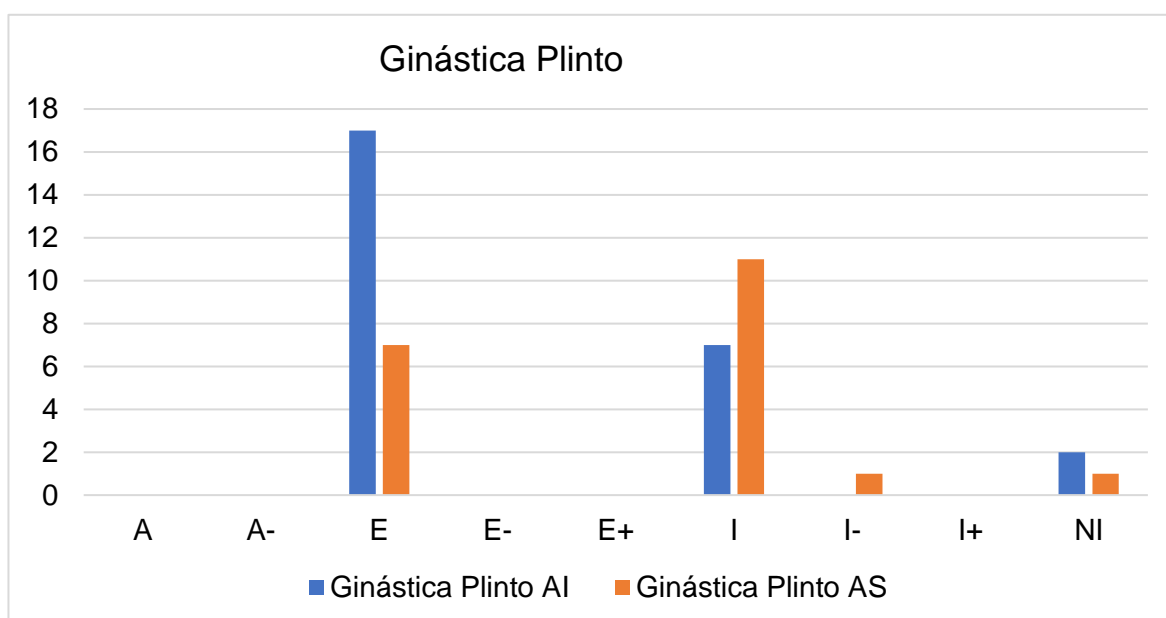
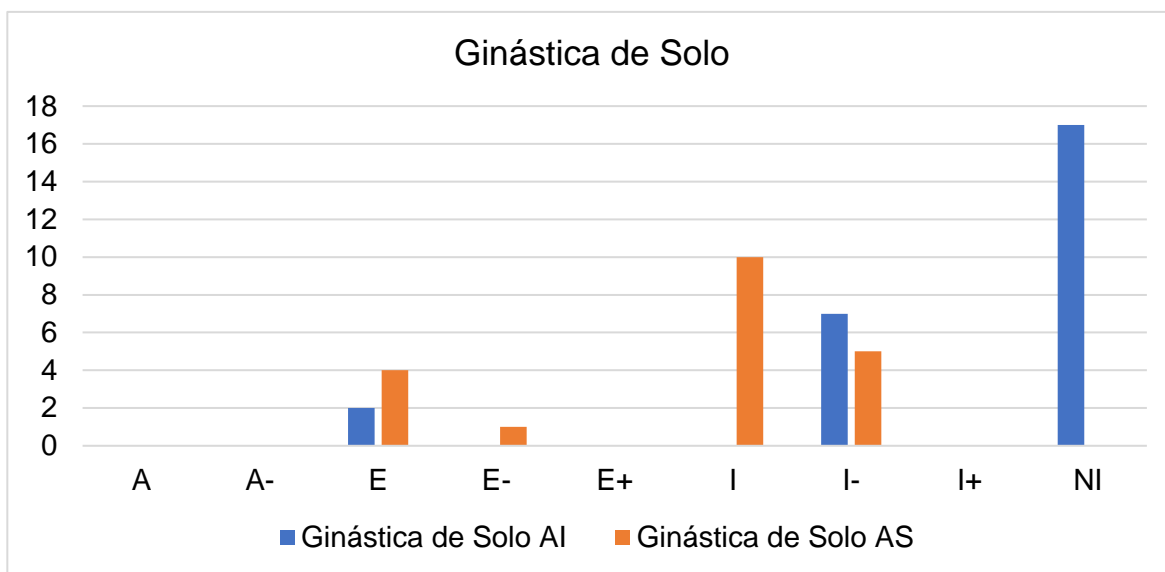
Observações			
Qualidade de Feedback			
Circundar o mais usado	Tipo de feedback	Modo de feedback	Direção do feedback
	Prescritivo	Auditivo	Aluno
	Descritivo	Visual	Grupo
	Avaliativo	Quinestésico	Turma
	Interrogativo	Misto	
Observações		Utilizou quinestésico apenas na estação do plano elevado	À exceção da instrução inicial e da condição física no fim, dirigiu-se quase sempre ao aluno.
<p>Observações gerais:</p> <p>No início de cada rotação era essencial dar apoio logo à estação do plano inclinado, pois era nessa onde existiam mais dificuldades e demora a ganhar ritmo. Período de condição física bastante curto. Estação de solo poderia ter a fila de espera para a realização do outro lado do colchão para evitar congestionamento e comportamentos desviantes.</p>			

Tabela 3- Ficha de observação interpares (Anexo 2)









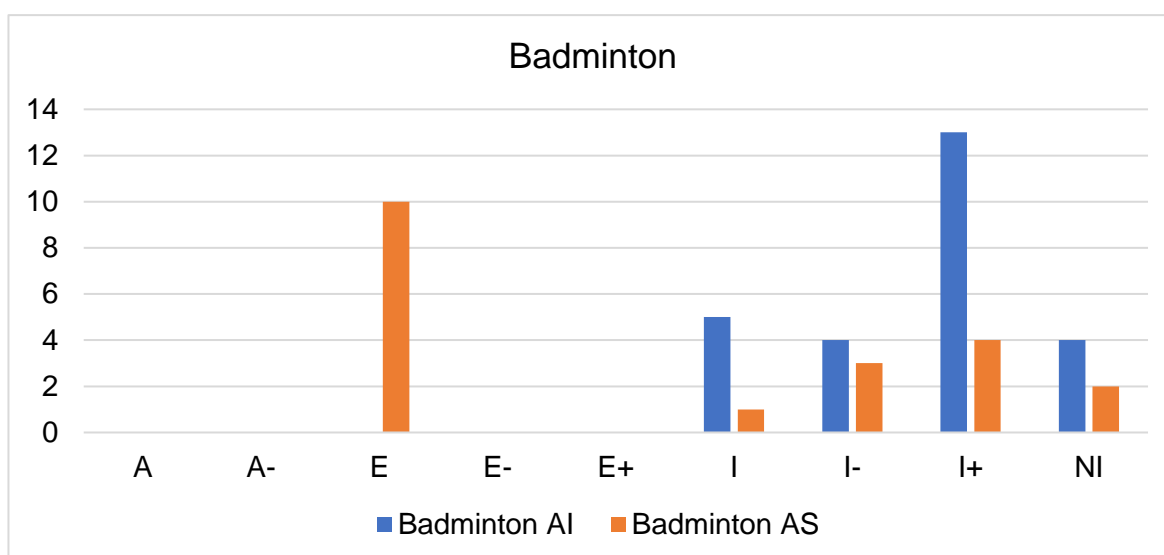
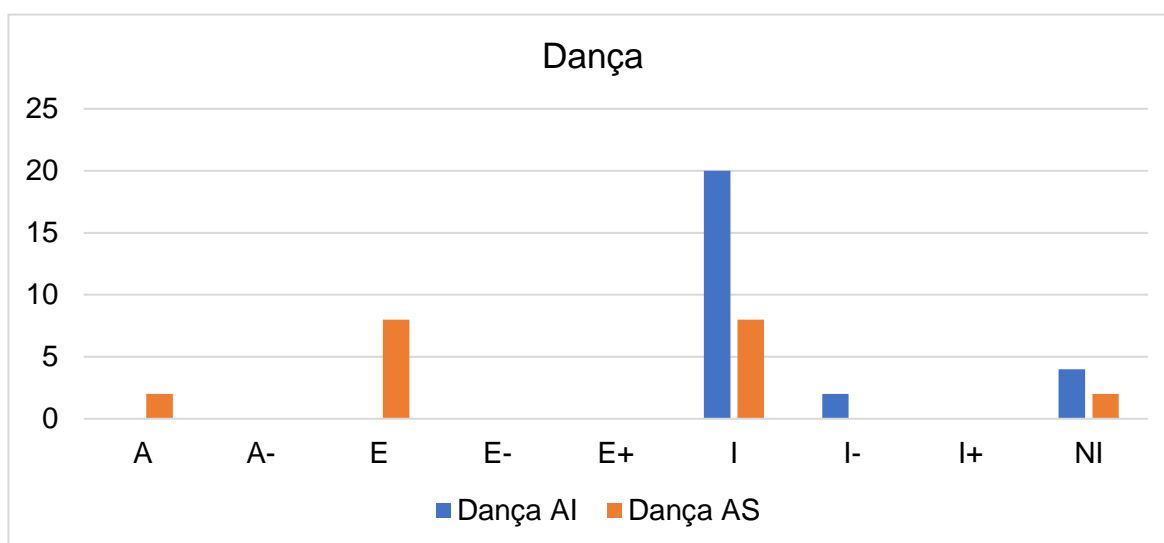


Gráfico 11- Comparação AI e AS (Anexo 3)